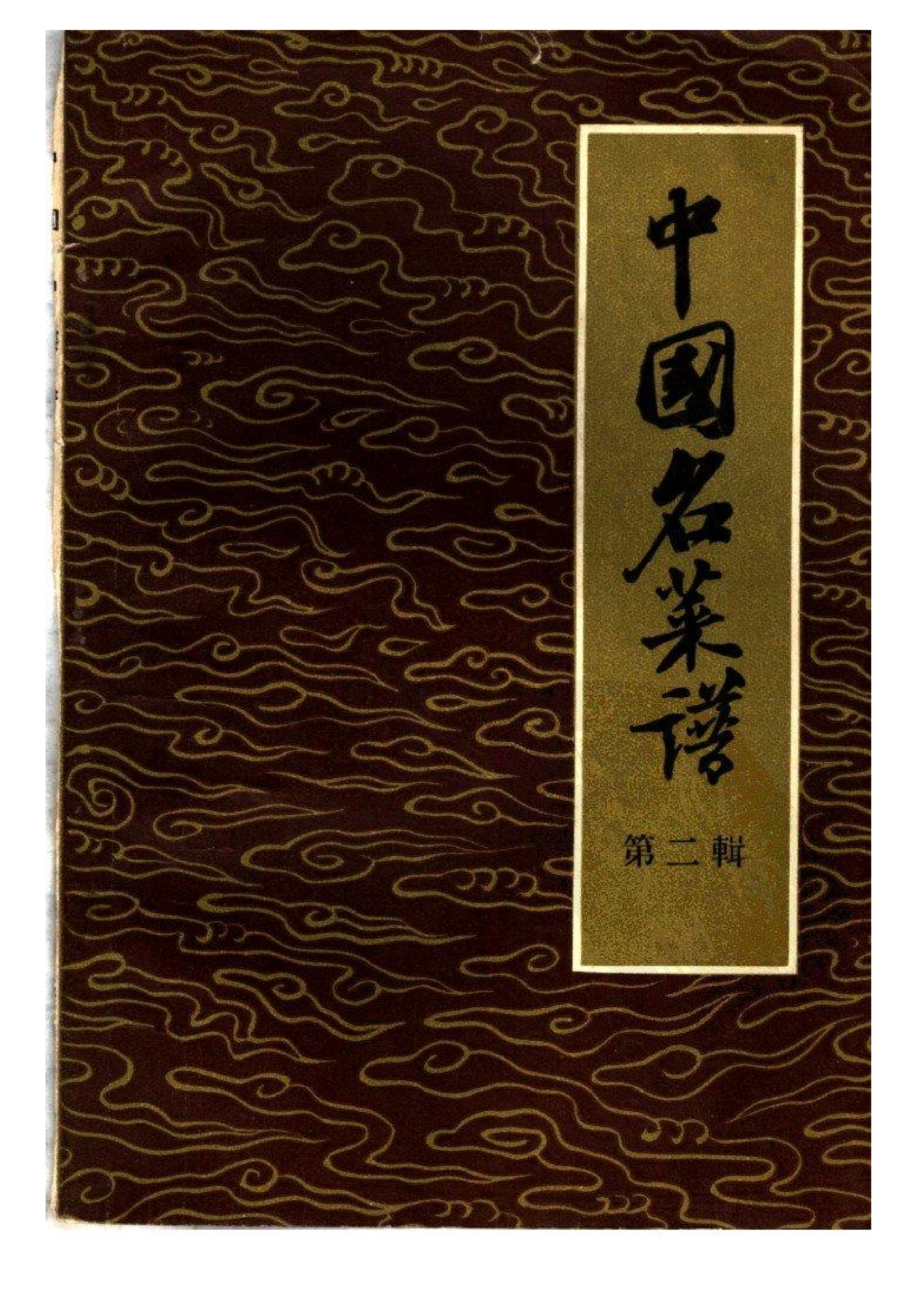

中國名菜譜
第二輯

中 国 名 菜 譜

第 二 輯

北京名菜名点之一

城市服务部飲食業管理局編

食品工业出版社

1957年·北京

前言

几千年来我国劳动人民創造的烹飪菜品，种类繁多，丰富多彩，制作方法多种多样，积累了宝貴的技术經驗。据不完全統計：全国約有各式菜肴五千余种，丰富了我国人民的生活，且久已聞名于世界。这显示着我国劳动人民的辛勤劳动和創造的智慧，应当把它看作祖国的文化遺产妥善地繼承下来，並加以發揚。因此，总結我国历史的烹飪經驗，交流推广，以充实广大人民的烹調知識，进一步提高厨师的烹飪技术水平，逐步滿足人民对飲食方面的新的要求，更好地为社会主义建設和人民服务，已成为飲食業工作的一項重要任务。为此，特联絡有关單位、有名厨师、以及社会上有經驗的人士，有步驟地編写“中国名菜譜”一書，分輯出版。

本輯是在北京市飲食業公司和北京市服务局的协助下，由有关名厨师亲自介紹編写而成，並經当地飲食業名厨师共同鑑定过。內容着重地介紹了各个品种的制作方法，文字力求通俗易懂，使讀者看了后能够仿做。書中所用斤、兩是16兩一斤的市斤，尺寸是市尺。至于各个菜点所含营养成分和营养价値，目前我們还沒有着手进行分析研究，拟留待以后补充。

本輯所选只是北京所固有的名菜、名点的一部分，其烹制單位，也限于眞正北京本地風味的飯舘，因而單位少，品种也較少。其他單位的名菜名点和北京特殊風味，仍在繼續編写中，預定1958年上半年即可陆續出版。由于我們缺乏編写食譜的經驗，在內容上难免有缺点和錯誤，希望讀者指正，以便改進。

中华人民共和国城市服务部飲食業管理局

1957年8月

目　录

仿　膳

又一順（清眞）

瑞增厚（清眞）

赵常斌厨师

几种名点

仿　　膳

仿膳开設于北京市北海公园內，是有名的清宫風味的飯館，其菜品是由清宫御膳房的厨师和他們傳授的徒弟所烹制的，制作精緻，別有風味。下列二十五种菜品的制作厨师是潘文貴、王景春、鍾福、郑潤齋等人。

一、海紅魚翅

（一）原料：

水發魚翅……………一斤半
蟹黃（用螃蟹二斤蒸熟剔出）………………約四兩
胡蘿卜（紅色的）……四兩
濕团粉…………………五錢
料酒……………………六錢
味之素……………一錢二分
葱、姜………………各少許
鹽…………………二錢六分
純鷄鴨湯…………一斤三兩
猪油……………………四兩

（二）制作方法：

1．將發好的魚翅用涼水漂洗二次，洗掉边沿的杂質，放到开水鍋中，待水再开后撈出，再用涼水清洗一次，放到碗中把魚翅摆齐，加入料酒二錢、鹽二錢、味之素三分、及葱、姜塊各少許，並倒入純鷄鴨湯（約六兩）沒过魚翅，放在籠屜中用旺火蒸，到蒸爛为止。一般嫩翅需要蒸一小时，老翅則需一个半小时。試驗魚翅是否蒸爛，可用筷子挑起魚翅，如翅針兩端柔軟下垂，翅根部分的翅肉已大部蒸化，魚翅針明显露出，到此种程度时，則魚翅已爛，即可出屜。

2．把猪油四兩倒入炒勺中，放在旺火上，待油溫后，

放入胡蘿卜絲（胡蘿卜去皮后切成細絲），再把炒勺端到微火上，慢慢地炸約二十分鐘左右，胡蘿卜絲即爛，猪油变紅，撈出胡蘿卜絲不用，只留紅油（注意不要用旺火，以免油太熱，胡蘿卜絲炸胡，而油不能变紅）。

3. 取純鷄鴨湯六兩（一般小手勺二勺左右）倒在炒勺中，加入味之素三分、鹽二分、料酒一錢，將蒸爛的魚翅去掉原湯也倒入炒勺中，挪到微火上煨煮。开鍋后，仍將湯泌去，另換六兩純鷄鴨湯，再加入味之素三分、鹽二分、料酒一錢，煨煮一次。如此共煨煮兩次，魚翅腥味已出，还要將湯泌去，然后順着翅針整齐地擺在盤中。

4. 取紅油一半倒在炒勺中，將蟹黃倒入，加入料酒二錢、味之素三分、鹽二分及少許純鷄鴨湯（約一兩），約燉十分鐘左右，使紅油及料酒等味道都滲到蟹黃中，蟹黃成为碎末，再加入濕团粉五錢勾芡，使汁变稠。此时將炒勺由火上端下来，把剩余的一半紅油倒入（应把炒勺端下火来，以免鍋太熱，紅油全部吃入汁中），一炒即成蟹黃紅汁，將此汁澆到魚翅上面即成。

（三）特点：

此菜做成后上面一層紅油，用筷子挑起魚翅时呈現乳白色，色調美观。味道鮮醇，利口而不膩，为清朝宮庭秋季名菜。

二、海紅魚唇

（一）原料：

水發魚唇……………一斤半	胡蘿卜（紅色的）……四兩
蟹黃（用螃蟹2斤蒸熟剝出）…………約四兩	濕团粉…………………五錢
	味之素…………一錢二分

料酒	六錢	純鷄鴨湯	一斤三兩
葱、姜	各少許	猪油	四兩
鹽	二錢六分		

（二）制作方法：

1. 先將發好的魚唇用涼水漂洗兩次，然后切成三寸長、五分寬的長条，放到开水鍋中汆煮一次，去掉腥味，撈出。这时檢查一次，把較軟的放一碗中，下余的放在另一碗中，加入料酒二錢、鹽一錢及葱、姜各少許，並加入純鷄鴨湯（約六兩），沒过魚唇，然后把較硬的一碗放在籠屜中用旺火蒸燗（軟的不蒸）。蒸約十分鐘左右，用手摸着如豆腐一样柔軟即可，注意蒸的时間不要过久，防止將魚唇蒸化。

2. 其他各种原料的处理及庖制方法与海紅魚翅相同。

（三）特点：

此菜制成后为紅白色，顏色鮮艳，吃时味鮮而醇厚，嚼时柔軟而有勁。

三、紅燒蟶干

（一）原料：

干蟶干	四兩	味之素	五分
香菇	三錢	葱、姜	各少許
火腿（蒸熟的）	三錢	鹽	五分
水發玉蘭片	三錢	鷄湯	一斤
湿团粉	二錢	猪油	一兩
醬油	三錢	鷄油	五錢
料酒	五錢		

（二）制作方法：

1. 將蟶干用清水把土及泥沙洗淨，放在开水鍋中汆煮兩次，共約四、五分鐘撈出，放在碗中，加入醬油一錢、料

酒二錢、味之素一分、鹽三分、葱、姜各一塊与雞湯約三兩（以沒过鯉干为度）。再放在籠屜中用旺火蒸爛，約一个多小时，用手捏着已軟，即已蒸好，將湯泌出。

2. 玉蘭片切成二寸長、五分寬的薄片，放入开水鍋中汆一次去掉酸味。香菇泡开，擇洗干淨，与火腿切成同玉蘭片一样大小的片。

3. 把猪油放在炒勺內，將姜、葱末放入稍炸；再加入醬油一錢、料酒一錢、味之素一分及雞湯六、七兩（約二小手勺）；然后把鯉干倒入，燒五、六分鐘，把蒸鍋味去掉，將湯泌出。

4. 另用雞湯六、七兩，加入醬油一錢、料酒二錢、味之素三分、鹽五分，同时將鯉干倒入炒勺中，挪到微火上慢燒，不使湯大开，以便將泡沫撇去，保持湯汁清亮。然后將火腿、香菇、玉蘭片等原料倒入，勾上团粉，使汁变稠，淋上雞油即成。

（三）特点：

此菜作成后为淡黄色，上澆有汁，吃时味鮮美而柔軟。

四、熘 雞 脯

（一）原料：

雞脯肉	二兩	鹽	五、六分
雞蛋	三个	純雞湯	約三兩
豌豆	三十余粒	猪油（取一斤多作炸料用，約耗二兩）	
濕团粉	二錢五分	雞油	少許
料酒	二錢		
味之素	六分		

（二）制作方法：

1. 先將鷄胸脯肉用刀割下，再把鷄里脊（即鷄胸骨兩側最嫩的兩条肉，又名鷄牙子）取下，用左手按住鷄里脊上的白筋，然后用刀順着白筋把里脊肉剔下，鷄胸脯上面的一層皮亦用刀片下。把鷄胸脯肉和鷄里脊肉一併放在菜墩上，倒点凉水用刀背砸（隨砸隨倒水，鷄肉即不粘刀，水分被鷄肉吸收可使鷄泥柔軟），約半小时左右成为鷄蓉。此时用刀口輕輕地把上面鷄蓉刮起，粘在墩上的一層即是鷄筋，刮下不要。再把鷄蓉放在墩上，用刀口剁約半小时左右，剁成鷄泥，不要有顆粒，如同和好的面粉一样細膩柔軟。

2. 把鷄泥放在碗中后，先放入三錢左右的冷水，用筷子攪勻。再將蛋清三个拌入鷄泥內，用筷子向着一个方向攪勻，使蛋清与鷄泥混合成鷄糊（用筷子攪时注意不要打，以免起泡、鷄泥炸时發松）。然后在鷄糊內加入一錢湿团粉和少許食鹽（食鹽用湿筷子蘸一点即可，使鷄糊有勁）。鷄糊濃度以筷子挑起时帶不起鷄糊为最适合。

3. 將油勺放在旺火上，勺熱后，將猪油倒入（勺熱后放油炸东西可以不粘底），約二分鐘油温熱，再把油勺放在微火上。此时將鷄糊倒入漏勺內，使之漏入油勺中，炸成豌豆粒大小的圓球，可称为鷄球。剩在漏勺中的鷄糊，用小勺一压即可全部漏下，再用小勺在油勺中一攪（鷄糊在油勺中共炸一分鐘左右），迅速將鷄球撈出，倒去余油。

4. 用碗放入純鷄湯，加入料酒二錢、味之素六分、湿团粉一錢五分、鹽五分，調勻成白滷。把炒勺放在旺火上，將白滷倒入勺內，用小手勺攪拌成白汁后放入豌豆，再將炸好的鷄球倒入一攪，淋上少許鷄油即成。

（三）特点：

1. 此菜的制作方法系由过去的宮庭中創始的。

2. 菜品潔白，摻有少許綠色豌豆，白綠相間，色調美观。味清香，柔軟而不膩。

五、鍋 燒 鷄

（一）原料：

嫩肥母鷄……一只重二斤半	白糖……………………二兩
砂仁（中葯材）………二錢	醬油……………………一斤
丁香（中葯材）………二錢	大料……………………二錢
桂皮（中葯材）………二錢	葱、姜………………各少許
白芷（中葯材）………二錢	花生油（取二斤作炸料用，約耗三兩）
三艾（中葯材）………二錢	
甜甘草（中葯材）……二錢	

（二）制作方法：

1. 嫩肥母鷄宰好后退毛，在臀部横开約三寸大小的口，取出內臟。再在脖后开一小口，將鷄嗉及气管去掉（注意不要由脖下开刀，以免皮破，影响鷄胸完整）。然后用清水冲洗干淨。

2. 將砂仁、丁香、桂皮、白芷、三艾、甜甘草、大料等原料放入布袋中紮紧口，与醬油一斤、水二斤、白糖二兩一併放在砂鍋中熬煮。开鍋后，將砂鍋端到微火上熬，熬到湯成深褐色时，五香味道已煮出来，撈出布袋，即成滷湯。一鍋滷湯在連續煮鷄五次后，五香味道已尽，必須重加上述原料，再制滷湯使用。滷湯一般称为老湯，制成后使用次数越多，味道越好。

3. 把制好的鷄放在开水鍋內煮約二、三分鐘，去掉血味，即可撈出，另換一鍋开水，將鷄放入，同时加入葱一段、姜一塊，將鷄煮約四十多分鐘，用手摸着翅膀已活动肉已軟时，撈出晾一下，待水分空淨后，随即放入滷湯鍋內再煮。

随煮随將鷄身翻轉，約一刻鐘左右，鷄全身已成深棗紅色，五香味道已滲透到鷄肉中，撈出。

4. 花生油約二斤放入鍋內，在旺火上燒热，待油冒烟时，將煮好的鷄的眼睛挖去（以防眼珠在下油鍋时爆炸），趁热放到油鍋中炸約十五分鐘，以炸到皮焦、骨酥为度，即可取出。

5. 鷄炸好后，放在菜墩上，依次切开。先把鷄头剁下，由头的中間劈开，放在盤的上端；再將鷄脖剁成段，放在盤的中心；翅膀及鷄腿分别剁下，鷄腿再剁三、四刀，分别摆在盤子的上下兩旁；然后用刀把胸脯及鷄背分为兩半，先把鷄背用刀平拍一下，剁成五分寬的長条，胸脯亦如此剁开，先將鷄背放在盤中心；再把胸脯复在上面。此时盤中已摆成一个完整的鷄形。

（三）特点：

顏色油紅光亮，味道鮮咸而香，並且肉爛、皮焦、骨酥，别有風味。

六、鴛鴦鷄塊

（一）原料：

退毛肥母鷄…一只約重三斤
豆腐皮（又称油皮）…三張
濕团粉…………………二錢
醬油………………一兩一錢
料酒……………………三錢
味之素…………………五分
葱、姜………………各少許
鹽……………………少許
炸油（取一斤多作炸料用，約耗一兩）

（二）制作方法：

1. 取肥母鷄一只去掉五臟，洗淨后放在鍋內，加入醬油一兩、料酒二錢、及葱、姜各一塊，並加入适量的水沒过

鷄身，放在微火上燉。如鍋內湯少时可随时加水。約燉一小时左右，用手掐着鷄肉已軟且爛即可撈出。將鷄骨取掉，切成二寸左右的鷄肉塊，皮向下依次放在碗中，倒入原湯，放在籠屜內蒸一刻鐘，原湯味道即滲入鷄肉中，潷出原湯，扣在盤中。

2. 炒勺內放上炸油，置于旺火上。待油冒烟时，將豆腐皮一張一張地放入，炸成鵜起的三个圓团形（注意不要炸胡），撈出，分别擺在鷄肉上。

3. 把炒勺放在旺火上，倒入原鷄湯六、七兩，再加料酒一錢、醬油一錢、味之素五分、鹽少許及湿团粉二錢勾芡，作成紅汁。把盤中的菜（鷄肉和豆腐皮）端到桌上，澆上紅汁即成。

（三）特点：

此菜是一种花样菜，豆腐皮炸好剛出鍋时即要立刻放到鷄肉上，随即端到飯桌前，把热紅汁澆上时，發出一种沙沙的响声，好象螞螂飞时翅膀振动的声音，故名。

七、抓炒魚片

（一）原料：

生魚片……………………四兩
白糖……………………二錢
湿团粉……………………二兩
醬油……………………三錢
料酒……………………二錢
醋……………………一錢
味之素……………少許
葱、姜米………各少許
猪油……………八錢
花生油（取一斤作炸料用，約耗八錢）

（二）制作方法：

1. 將魚（最好用鱖魚）去淨皮骨，用刀片成長一寸、

寬八分、厚一分五厘的長方形魚片，用湿团粉一兩七錢和魚片一起拌匀。

2. 將炸油一斤倒入鍋中，放到旺火上，待油热到冒烟时，將魚片用筷子一片一片地放入油鍋內（这样可以避免黏在一起）。如果火太旺油太热，可把鍋端到微火上緩炸一下，約炸二分鐘左右，外面呈焦黃色时，魚片已熟，即可取出（注意不要凉油下鍋，否則团粉会与魚片分开）。

3. 將醬油、醋、白糖、料酒、味之素等原料及湿团粉三錢放在碗中調匀（作勾汁用）。把炒勺放在旺火上，倒入八錢猪油，油热后，將葱、姜米放入，稍炸一炸（不要炸胡），隨將調好的汁倒入，炒到汁成稠糊后，將炸好的魚片倒入翻炒，使汁掛在魚片上即成。

（三）特点：

此菜系清宮名厨师王玉山所制"四大抓"* 之一。制成后呈金黃色，外面掛有黏汁，入口香脆，並有酸、甜、咸的味道。

---

* 抓炒魚片、抓炒腰花、抓炒里脊、抓炒蝦仁統称为"四大抓"。

抓炒腰花的原料是猪腰子。把腰子片成兩片，挖掉腰臊，划成斜花刀，切成一寸長、五分寬的長方形塊。

抓炒里脊的原料是猪里脊肉，取里脊肉一条，分別在兩面划成斜花刀（炸时易熟），然后切成一寸長、三分寬、二分厚的肉条。

抓炒蝦仁的原料是蝦，將蝦剝成蝦仁即可。

上述三抓的烹調方法与抓炒魚片相同。

八、鍋 貼 魚

（一）原料：

鯉魚片（鱖魚、活青魚均可）……………………四兩
生猪油……………………三兩
湿团粉……………………一錢

面粉……………………二兩　　精鹽……………………四分
醬油……………………五分　　葱、姜米……………各少許
料酒……………………一錢　　花生油（取一斤作炸料用，
味之素…………………二分　　　約耗一兩五錢）

（二）制作方法：

1. 將鯉魚去皮去骨，片成長一寸、寬八分左右、厚一分的長方形魚片，然后加入精鹽、醬油、料酒、味之素及葱、姜米少許拌勻。

2. 生猪油切成三寸見方一分厚的四个大方片。取一片平舖在案板上，將拌好的魚片取一半放在生猪油上擺平，然后上面再复蓋一片生猪油，这样，魚片即夾在兩片猪油中間成一个方塊形的魚盒。照样共做兩个魚盒。

3. 將油勺放在旺火上，另用面粉二兩、团粉一錢及少許水和成面糊，等油热到六成开时，將魚盒的四周、上下蘸一層面糊放入油勺中，炸到浮起，再把油勺端到微火上慢炸，到發硬时，用筷子在魚盒上穿几个洞，使油浸入炸透，約炸七、八分鐘后，把油勺端到旺火上，再用極热的油炸二、三分鐘使外皮酥脆。此时夾在中間的魚片已熟，兩面的猪油也已变成薄而透明，魚盒外皮呈現金黃色，即可撈出。用刀切成四分寬的長条，蘸花椒鹽吃。

（三）特点：

外焦里嫩，味道香咸。色金黃。

九、鍋貼里脊

（一）原料：

嫩猪里脊……………四兩　　湿团粉…………………一錢
生猪油………………三兩　　面粉……………………二兩

醬油……………………五分　　精鹽……………………四分
料酒……………………一錢　　花生油（取一斤作炸料用，約耗一兩五錢）
味之素…………………二分
葱、姜米……………各少許

（二）制作方法：

1. 嫩猪里脊用刀切成長一寸、寬八分左右、厚一分的長方形肉片，然后加入葱花、姜米、精鹽、味之素、醬油、料酒等拌匀。

2. 生猪油切成三寸見方一分厚的四个大方片。取一片平舖在案板上，將拌好的里脊片取一半放在猪油上擺平，然后上面再复盖一片猪油，这样，肉片即夾在兩片猪油中間，成一个方塊形肉盒。照样共做兩个肉盒。

3. 將油勺放在旺火上，另用面粉二兩、团粉一錢及少許水和成面糊，等油熱到六分开时，將肉盒的四周、上下塗一層面糊放入油勺中，炸到浮起，再把油勺端到微火上慢炸，到發硬时，用筷子在肉盒上穿几个洞，使油浸入炸透，約炸五、六分鐘后，把油勺端到旺火上，再用極熱的油炸二、三分鐘使外皮酥脆。此时夾在中間的肉片已熟，兩面的猪油也已变成薄而透明，肉盒外皮呈現金黃色，即可撈出。用刀切成四分寬的長条，蘸花椒鹽吃。

（三）特点：

外焦里嫩，味道香咸不膩。色金黃。

一〇、炸佛手捲

（一）原料：

猪肉（嫩瘦肉）………四兩　　水团粉…………………八錢
鷄蛋……………………二个　　料酒……………………一錢
面粉……………………二錢　　鹽……………………少許

味之素…………………二分　　花生油（取一斤作炸料用，

葱、姜米……………各少許　　　約耗一兩五錢）

（二）制作方法：

1. 將猪肉去皮放在菜墩上，剁成肉末，把葱、姜少許剁碎成葱、姜米，再加入六錢水团粉、一錢料酒、二分味之素及鹽少許放在一起，用筷子攪拌均匀，做成肉餡。

2. 將鷄蛋打开，拌入二錢水团粉，調和均匀成鷄蛋糊。然后把炒勺放在火上燒温，用油刷子在勺中擦一下，將勺端起把攪好的鷄蛋糊取三分之一倒入勺中，將勺一轉，使鷄蛋糊攤开並粘在勺上，随即把勺放在火上烤一下；再將勺反轉过来勺底向上，使火苗烤攤开的鷄蛋糊，攤开的鷄蛋糊被火苗烤后即会离勺下落，此时用小鉄勺在下面接着，使之落在小鉄勺上，即成極薄的一張鷄蛋皮。余下的蛋糊亦照样攤为二張。

3. 把鷄蛋皮平放在案板上，塗上一層面糊（面粉加水調匀的），再將肉餡放在鷄蛋皮的一边，使成長条形（如圖1）。然后將鷄蛋皮捲起，包住肉餡，並在捲起的鷄蛋皮边緣塗上面糊（如圖2）。再把兩端沒包肉餡的鷄蛋皮摺上（如圖3）。然后捲成一寸二分寬的長条肉捲，随即用手將肉捲按扁，每隔一分多寬切一刀，上边留一分左右不要切断，如此連切四刀，切第五刀时即將上端切断（如圖4），並用手將每一切断处稍微分开，成为一寸多寬的佛手形的肉捲（如圖5）。

4. 把油勺放在火上，待油温时（把筷子放进去有响声），即可把佛手捲放入油鍋中炸（温油下鍋可使油浸入肉餡中）。待油到八分熱时，須將鍋拿到微火上放一放，使里面的餡炸熟。然后再將鍋端到旺火上，待油开时（油有烟冒

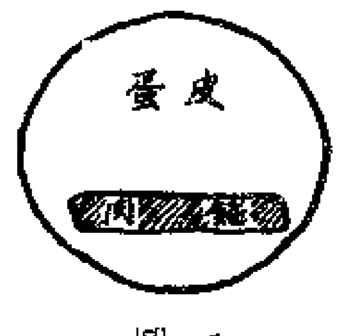


圖 1

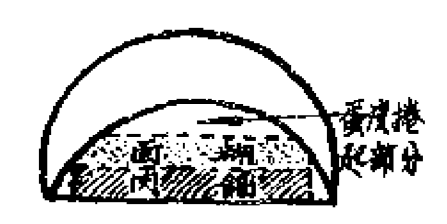


圖 2

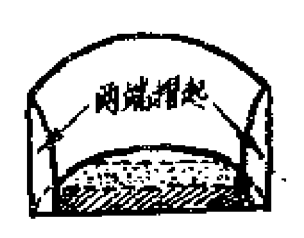


圖 3

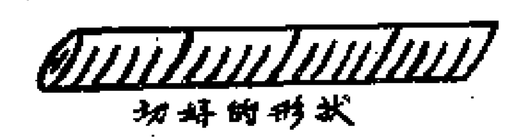


圖 4



圖 5

出），浸入餡里面的油即可炸出来，共炸十分鐘左右，皮成黃色，用手按着發硬即成。吃时蘸花椒鹽面。

（三）特点：

色稍黃，形如佛手。吃时皮稍脆，餡柔軟而香。

一一、万字扣肉

（一）原料：

五花猪肉	一斤半	葱、姜	少許
醬油	四兩二錢	桂皮	五錢
白糖	一錢	大料	五錢
料酒	二錢	丁香	五錢
湿团粉	二錢	鶏湯	六、七兩

（二）制作方法：

1. 桂皮、大料、丁香等原料用布袋裝起，放在鍋中加

水一斤，並將白糖及醬油（四兩）倒入，在旺火上熬燉，开鍋后端到微火上，熬燉至湯深褐色时，五香味道都煮出来了，即成滷湯。此湯可連續使用（連續使用时再加入白糖及醬油）四、五次。五香味道失掉后可再加桂皮、大料、丁香等原料熬燉。湯使用时間越久，味道越好。在熬燉时，如果湯內有泡沫，开鍋后可加入少許涼水，等再开鍋后把泡沫撇去，如此加几次涼水，泡沫即可撇淨。

2. 把五花猪肉放在案板上，用小刀沾水把肉皮上的小毛刮掉，再用涼水洗淨，放在开水鍋內煮約半小时左右，肉煮到八成熟（用木筷子試驗，以一穿即入为度），撈出，放入滷湯內，繼續煮約十分鐘左右，肉色变紅，撈出晾涼。

3. 把晾涼的肉，切成一寸五分見方的四方塊。肉皮的一面向着怀里擺在案板上，在最下边一分厚的地方橫片（如圖1）。片到角的地方不要片断，把肉倒轉一面（如圖2）繼續下片。如此旋轉式地一直片到肉中心，再將肉按原样捲成方塊。此时在方塊肉的皮面上即可呈現出“万”字形的花紋（如圖3）。每塊肉均照样片好，然后肉皮向下很整齐地擺在碗中，加入醬油一錢、葱、姜各一塊及鷄湯約三兩（勿使沒过肉塊），放在籠屜中用旺火蒸一刻鐘，使佐料味

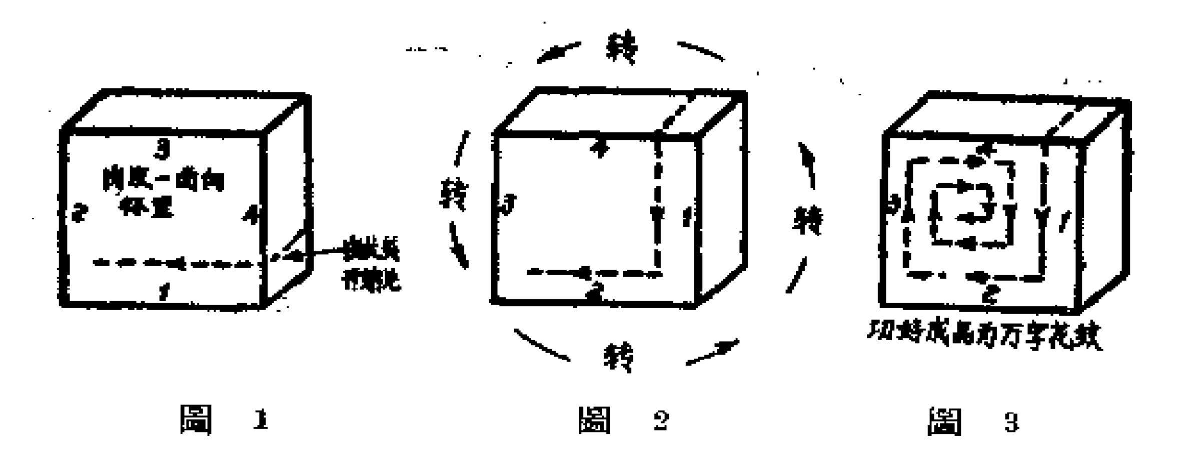


圖 1　　圖 2　　圖 3

道滲入肉中。再將湯泌去，肉皮向上扣在大盤中。

4. 取鷄湯三、四兩（約一小手勺）放在炒勺中，加入醬油一錢、料酒二錢，放在旺火上燒开后，加入湿团粉二錢，勾成醬紅色的汁，澆到肉塊上即成。

（三）特点：

此菜为清朝西太后作寿时所制菜品之一。做法較精細，擺在盤中时，刀口地方呈現出"万"字形花紋，故名。味香肉爛，形狀美观。

一二、苏造丸子

（一）原料：

肥瘦猪肉……………………六兩
荸薺……………………………一兩
苏造料（中药材）*……五錢
湿团粉………………………三兩
醬油……………………一兩五錢
料酒……………………………一錢
葱、姜………………………各少許
鹽……………………………五分
鷄湯…………………六、七兩
花生油（取一斤多作炸料用，約耗一兩五錢）

（二）制作方法：

1. 將肥瘦猪肉（肥肉二兩、瘦肉四兩）洗淨剁成細泥，荸薺、葱、姜均剁成碎末，放在一起，加入鹽五分、醬油五錢、料酒五分、湿团粉三兩，攪拌均勻。

2. 把鍋放到旺火上，將花生油一斤多倒入，待油熱时（不要冒烟），即將攪好的肉挤成丸子（六兩肉可作十五、六个丸子）放入油鍋內炸。至丸子硬时可用漏勺撈起，把粘在一起的丸子分开，再放到油鍋內炸。共炸五、六分鐘，丸

---

* 苏造料：在中药舖买砂仁、丁香、白芷、三奈、甜甘草等各一錢，共磨成碎末，即为苏造料。

子成为淺黃色时撈出。

3. 取鷄湯六、七兩（小手勺二勺左右）倒在鍋內，放到火上，加入醬油一兩、料酒五分，並把苏造料用布袋裝好，也放到鍋內。待开鍋后，可將炸好的丸子放入，約燉十分鐘左右，苏造料及咸味已滲到丸子中，取出苏造料布袋，即可食用。

注意事項：

丸子炸好后应即时放到湯內燉，不能久放，因炸的时間較短，內部不熟，久放易变質。

（三）特点：

此菜为湯菜，丸子內瘦肉較多，並夾有荸薺末，故吃时松軟、利口而不膩。

一三、炒榛子醬

（一）原料：

瘦猪肉	四兩	料酒	一錢
生榛仁	三兩	好黃醬	二錢
荸薺	二个	葱、姜米	各少許
干香菇	二片	香油	五錢
濕团粉	一錢	猪油	一兩
味之素	三分	花生油（取一斤作炸料用，約耗一兩）	
醬油	二錢		

（二）制作方法：

1. 瘦猪肉切成二分見方的小肉丁。荸薺去皮，香菇用开水泡一下，洗淨去蒂，均切成与肉丁同样大小的方丁。葱、姜少許切成葱、姜米。

2. 將生榛仁放在开水鍋里，加入少許碱，用竹刷子在

鍋內搓攪，攪到外皮全部脫落，再用开水冲洗一、二次，使成乳白色，然后捞出晾干。另把油勺放在微火上，倒入花生油，待油熱时，將去皮的榛仁倒入，炸到浮起，內部水分已干，顏色变为深黃色，即可捞出。

3. 把炒勺放在旺火上，燒熱后倒入猪油，將切好的肉丁放在勺內"边炒"*一下，待肉丁里水分炒出来的时候，勺內响声加大，此时应把勺端到微火上（目的是使勺內不要起火），到响声漸漸小了，肉的水分已尽，再把勺放到旺火上，炒六、七分鐘，肉的顏色由深变淺。此时放入葱、姜米和黃醬，炒二、三分鐘。待醬吃到肉中發出醬味，加入料酒、醬油、味之素等佐料，勺內汁干时，可加入少許高湯，再將团粉倒入勾芡，端在微火上，加入制好的榛仁、荸薺、香菇等，再炒一下，然后加入香油炒勻即成。

（三）特点：

1. 此菜为清朝宮內家常飯菜。

2. 味香濃，醬中榛仁酥脆，为就飯良菜，多在冬季食用。

一四、炒豌豆醬

（一）原料：

瘦猪肉	四兩	味之素	三分
鮮豌豆（可用罐头豌豆代替）	四兩	醬油	二錢
		料酒	一錢
濕团粉	一錢	好黃醬	二錢

---

* "边炒"是炒的一种，即用較少量的油，倒入炒勺內燒熱后，放入主料翻炒，把主料的水分炒出；一般是把主料先炒到五、六成熟，然后再加佐料或副料繼續炒透，叫做"边炒"。飲食業多用"煸炒"字样。——編者

葱、姜米	各少許	香油	五錢
猪油	一兩		

(二)制作方法:

1. 瘦猪肉切成二分見方的小方丁。葱、姜少許切成葱、姜米。鮮豌豆粒用开水氽一下（如豌豆較老，須去掉外面薄皮）。

2. 炒勺放在旺火上燒热，倒入一兩猪油，將肉丁放在勺內"边炒"一下。待肉丁內水分炒出来时，勺內响声加大，此时应把勺放到微火上，到勺內响声变小(肉的水分已尽)，再端到旺火上，炒六、七分鐘，肉的顏色由深变淺。此时放入葱、姜米及黃醬，炒二、三分鐘。待醬吃到肉中，發出醬味，加入豌豆、料酒、醬油、味之素等原、佐料，勺內汁干时，可加入少許高湯，並加入团粉勾芡，等湯汁变稠，再加入五錢香油，翻炒几下即成。

(三)特点:

1. 此菜为清朝宮內家常飯菜，味極香濃。

2. 豌豆最好用鮮豌豆，吃时鮮嫩，故此菜宜于春、夏季制作。

一五、炒胡蘿卜醬

(一)原料:

瘦猪肉	四兩	好黃醬	二錢
胡蘿卜	二兩	味之素	五分
豆腐干	一塊	葱、姜米	各少許
鷹嘴蝦干（好的海米）	五錢	猪油	一兩
湿团粉	一錢	香油	五錢
醬油	一錢	花生油（取一斤作炸料用，約耗一兩）	
料酒	一錢		

（二）制作方法：

1. 把胡蘿卜切成二分見方的小丁，放在油鍋中炸一下，使顏色变为鮮紅。

2. 豆腐干切成与胡蘿卜同样大小的方丁。蝦干用开水泡一下，把咸味泡出来。

3. 烹調方法与炒豌豆醬同。但应注意豆腐干、蝦干系与胡蘿卜同时下勺炒。

（三）特点：

此菜宜于胡蘿卜初上市时制作，故宜秋天吃。

一六、炒黃瓜醬

（一）原料：

瘦猪肉	四兩	味之素	三分
嫩黃瓜	四兩	精鹽	少許
湿团粉	一錢	葱、姜米	各少許
醬油	一錢	香油	五錢
料酒	一錢	猪油	一兩
好黃醬	二錢		

（二）制作方法：

1. 將帶皮黃瓜洗淨后，只用黃瓜尾端部分（尾端籽少），切成二分見方的黃瓜丁，用少許鹽拌勻（加入鹽可使黃瓜保持清脆），醃出黃瓜內水分来，將綠水澄出待炒。

2. 烹調方法与炒豌豆醬同。

（三）特点：

此菜宜于黃瓜初上市时制作，此时味最清香，故在春天吃最为适宜。

一七、四 大 酥

（一）原料：

瘦猪肉	二斤	料酒	六兩
退毛母鷄	二斤	醋	二斤四兩
海帶	八兩	葱	四兩
水發玉蘭片	二斤	姜	四兩
白糖	一斤十二兩	蒜	四兩
醬油	一斤四兩	香油	六兩

（二）制作方法：

1. 將鷄去掉五臟洗淨后，切成八分見方的小塊；猪肉也切成同样大小的塊，都放进冷水鍋內煮。开鍋后，肉內血味已出来，撈出待酥。

2. 海帶用水發好，放到銅鍋內煮（用銅鍋是为使海帶的顏色綠），开鍋后撈出，洗淨沙子，切成一寸長、四分寬的長方形塊，待酥。

3. 玉蘭片去根，放在案板上用刀拍一下，使之劈开。然后切成一寸二分長、五分寬劈柴形的塊，放在开水鍋內煮一下，去掉杂味，待酥。

4. 葱剝皮切成二寸長的葱段；姜洗淨用刀拍一下；蒜剝去皮即可。

5. 取砂鍋一个，在鍋的下層放上碎碗片或猪骨头（为免糊底），將制过的玉蘭片、海帶、鷄、肉等原料分別依次放到砂鍋內，葱、姜、蒜放在最上面，再把白糖、醋、醬油、香油、料酒等佐料全部放入，然后加水或湯，以沒过各种原料为度。此时將砂鍋端到旺火上，开鍋后，再端到微火上。鷄和肉較老的約燉四、五小时，嫩的也需二、三小时，如果鷄和肉已經酥爛，鍋內湯仍多，可將湯倒在另一鍋里放

到旺火上，使湯味熬醇，湯汁減少时，再倒回原砂鍋內。如果砂鍋內湯汁已少，而鷄和肉尚未酥爛，可适当地加湯，直至酥爛为止。晾涼后即可食用。

（三）特点：

此菜为清朝宮內在冬季制作的涼菜，名为"四大酥"。味道酸、甜、咸俱全，酥涼爽口，易于消化。

一八、荷 叶 肉

（一）原料：

五花帶皮猪肉…………五兩　　料酒……………………五錢
鮮荷叶…………………三張　　甜面醬…………………五錢
大米……………………二兩　　葱、姜………………各少許
白糖……………………一兩　　大料……………………四瓣
醬油……………………五錢

（二）制作方法：

1. 將大料四瓣剁成末，与大米一同放到炒勺中，用微火炒約一刻鐘左右，大米炒成紅色，倒在案板上，用擀面棍擀成細面，即为米粉。

2. 把肉洗淨放在案板上，肉皮向上，用刀蘸涼水將皮上的猪毛刮淨，然后切成二寸五分長、二分厚的肉片。葱、姜切成細絲。

3. 把白糖、料酒、醬油、甜面醬、葱、姜等佐料放在盆中調成汁。將肉片放到汁中醃一下，如汁太稠时可放少許水，使汁浸到肉片中，約十分鐘左右，肉的顏色变紅，再把米粉倒入，攪拌均勻。如太干时仍可加少許水，使米粉粘到肉上。

4. 將荷叶用热水洗淨，每个荷叶分为三、四塊，取醃

好的肉一片放在荷叶中包起，成为一个一个的小包，放在碗里，在籠屜中用旺火蒸一个半小时即熟。

(三)特点：

此菜为季节菜，每当农历七月十五日至八月十五日荷花盛开时，荷叶最好，做此菜最为适宜。如荷叶太老或变黄时即不宜使用。用荷叶包肉蒸了以后，可使荷叶清香味滲到肉中，吃时肉極爛，稍帶甜味，並有清香味道。冷热均可食。

一九、蟹肉丸子

(一)原料：

蟹肉	六兩	味之素	二分
肥猪肉	二兩	鹽	一錢
荸薺	一兩	葱、姜米	各少許
鷄蛋	二个	鷄湯	三兩
火腿	二錢	鷄油	五錢
湿团粉	二錢	猪油（取一斤多作炸料用，約耗二兩）	
料酒	三錢		

(二)制作方法：

1. 將蟹肉、肥猪肉、荸薺（去皮）等原料剁成如小米粒大小的碎末，然后加入鷄蛋兩个、料酒一錢、味之素一分、湿团粉一錢、鹽五分及葱、姜米少許，一起攪拌均勻。

2. 取猪油一斤多倒入鍋中，放在旺火上，約三、四分鐘油热后，將調好的肉挤成丸子放入油鍋內炸，約五分鐘，丸子变硬成淺黃色时撈出；放在碗中，加入少許鷄湯，勿使沒过丸子，放到籠屜中蒸一刻鐘左右，端出来將丸子整齐地擺在盤中。

3. 取三兩鷄湯倒入炒勺中，加料酒一錢、味之素一

分、鹽五分、濕团粉一錢，放在火上燒开，勾成白汁，淋上鷄油，澆到丸子上，再將火腿切成碎末撒在上面即成。

(三)特点：

蟹肉丸子里的肥猪肉通过炸与蒸的过程，大部肥肉均已融化，只剩少許瘦肉，肥肉的油已滲入蟹肉中，因此吃时宜軟，味道鮮而不膩。菜品为淺黃色，並澆有白汁，加以紅色火腿細末，很为美观。

二〇、炒干藍豆腐

(一)原料：

南豆腐…………………三塊 (如北豆腐則用二塊)	味之素…………………少許 鹽……………………………一錢
醬油……………………五錢	葱、姜………………各少許
料酒……………………一錢	香油……………………二兩

(二)制作方法：

1. 將葱、姜少許切成碎末。

2. 把炒勺放在旺火上燒热后，倒入五錢香油，待油热时，把豆腐放在勺內，用小手勺翻攪，隨攪隨將豆腐搗碎，約炒五、六分鐘。火太旺勺太热时，則把勺端到微火上，等勺不太热，再端到旺火上，並澆一点香油，如此隨炒隨放油，使油慢慢地浸入豆腐中。共約用油一兩多。在翻炒过程中，豆腐已成碎末，水分慢慢炒干，成金黃色。此时放入葱、姜米少許，並加入鹽五分，再炒二分鐘，然后加入醬油、料酒、味之素少許及二錢香油，一炒即成。

注意事項：

在操作时必須掌握火候，如火太旺会炒胡，豆腐中的水分不能慢慢收干。因此，根据鍋內豆腐情況，有时放在旺火

上，有时端到微火上，使油慢慢浸入豆腐中，这样才能使顏色均匀，炒成金黄色。

(三)特点：

味道干香，顏色金黄，吃起来柔軟有勁。

二一、炒豆腐腦

(一)原料：

豆腐腦*	十兩	鹽	五錢
湿团粉	二錢	葱、姜	各少許
料酒	二錢	猪油	五錢
味之素	三分	鷄油	二錢

(二)制作方法：

1. 葱、姜少許剁成碎末。

2. 把炒勺放在旺火上，將猪油倒入，油温时，即把葱、姜末放入，不要炸焦，也不要变黄。随即將豆腐腦放到勺中，炒二、三分鐘，並用小手勺不断的攪碎后，將鹽、料酒、味之素等佐料放入，再加一、二兩鷄湯，攪成羹狀，用湿团粉勾芡，淋上鷄油即成。

(三)特点：

此菜为清朝慈禧太后老年所食軟菜之一，为白色稠羹，因淋有鷄油，色調美观。吃时很嫩，入口即化，並稍有葱香味道。

* 在沒有豆腐腦时，以南豆腐代替亦可，其味道相同。

二二、 蹦 肚 仁

(一) 原料：

猪肚头（猪肚肉最厚的部分）一斤半
醋……………………五錢
白矾……………………少許
鹽……………………一錢
料酒……………………三錢
葱、姜末……………各少許
香菜……………………二錢
味之素……………………一分
猪油（取一斤多作炸料用，約耗一兩五錢）
鷄湯……………………二兩

（二）制作方法：

1. 猪肚使用少許白矾、醋及四分鹽，用手揉搓，洗掉外面一層黏液，再用清水洗淨，摸着不粘手时即可。用刀把老皮去掉，把油及筋刮淨，然后將肚头片开，成長条形，四周用刀切齐，在肚头一面划成斜長紋（如圖1），不要划斷；翻过来在另外一面划成直紋（如圖2），即为俗称"蓑衣"的花刀；最后切成一寸五分見方的四方塊。

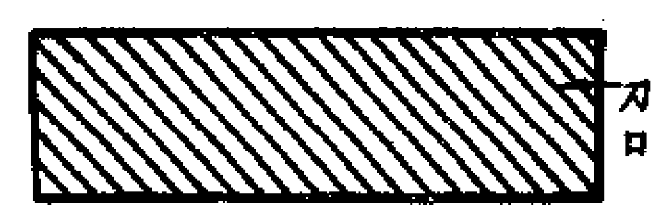


圖 1 長条形肚塊正面花紋



圖 2 反面花紋

2. 把料酒、味之素、鹽（六分）、香菜（切成碎末）及葱、姜末等佐料一齐放在碗中，加二兩鷄湯，作成調料。

3. 开水一鍋，同时把油鍋放在旺火上，將油燒开，把切好的肚塊放到开水鍋中汆一下，肚塊即卷起，並已透孔，

用手摸着發硬，赶快捞出（时間如長則嚼不动）；再放到热油鍋中炸一下，即立时把鍋端下倒入漏勺中（不要用漏勺到油鍋中捞肚塊，以免时間过久，肚塊老了）。

4. 把肚塊放到炒勺中，將配好的調料倒入，炒几秒鐘即成。

(三)特点：

此菜做成后形如菊花，白色，吃时脆嫩。制作时炸与汆的过程均要迅速，必須掌握时間，否則肚塊不但不能脆嫩且会嚼不动。

二三、琉璃茄子

（一）原料：

圓茄子……………………二斤	面粉……………………一兩
鷄蛋……………………二个	青紅絲……………………五錢
紅棗……………………半斤	花生油（取一斤多作炸料用，約耗三兩）
白糖……………………四兩	
湿团粉……………………五錢	

（二）制作方法：

1. 把紅棗洗淨，放在开水鍋中煮爛，成深紫色，去掉皮及核，只要棗泥；放在勺中，加一兩白糖，稍炒一下，使糖与棗泥混合均勻，即成甜棗泥餡。

2. 鷄蛋兩个打开放在碗中，加入面粉及湿团粉，用筷子攪拌均勻，即成鷄蛋糊。

3. 將茄子洗淨，去掉蒂，片去皮，切成每边一寸長的大三角塊，約五分厚。从三角塊的一个尖端片开，直到底边不要片断，中間夾入炒好的棗泥餡。

4. 取花生油一斤多倒入鍋中，放在旺火上，待油温

时，將夹好餡的茄子蘸鷄蛋糊，四面都要蘸勻，勿使餡露在外面，然后放入油鍋內炸。待鍋內油起泡並發出响声时，即把鍋端到微火上，使油滲入茄子內，前后共炸十分鐘左右，再把鍋端到旺火上，約炸二分鐘左右，滲入茄子內部的油即可出来。此时茄子已熟，外面成为淺黃色即可撈出。

5. 取二兩水倒入炒勺中，放入糖，端到旺火上，將糖熬开，到發黏时，用勺挑起試驗，如有絲拉出来，糖絲見空气即变硬而脆。隨即將炸好的茄子倒入炒勺中，把炒勺端起来顛几下，使糖滚到茄子上把茄子包起来。然后倒入盤中，撒上青紅絲即成。

（三）特点：

此菜是一种甜菜，糖包在茄子外面發亮如玻璃，故名。吃时香脆。制作时要注意熬糖的火候，时間久了糖会胡，味道發苦；时間短了糖不能掛到茄子上，不脆，故糖熬至可以拔絲时最为适宜。

二四、藕 絲 羹

（一）原料：

嫩鮮藕	一斤	鷄蛋清	三个
京糕	二兩	白糖	四兩
蜜棗	二兩	湿团粉	五錢
青梅	二兩		

（二）制作方法：

1. 將嫩鮮藕洗淨泥土，片掉皮，切成一寸五分長的細絲，放到开水鍋中氽一下撈出。京糕、蜜棗、青梅等原料均切成与鮮藕同样長短的細絲。

2. 把鷄蛋清三个放在碗中，加入相当蛋清一半的水，

蛋清与水混合一起，用筷子打匀，倒在一尺二寸的湯盤內，放到籠屜中用旺火蒸五分鐘，即成为一寸厚的白色固体蛋羹。然后把各种絲分为五条擺在蛋羹上，兩端为藕絲，中間夾以京糕、蜜棗、青梅等絲。

3．把炒勺放在火上，放入四、五兩开水，再將白糖倒入；开鍋后，加入五錢湿团粉勾成白色甜汁，澆到湯盤中的菜上即成。

（三）特点：

此菜是一种甜菜，有紅、綠、白、褐色等各种細絲，很为美观。吃时清爽而柔軟，並帶有酸甜味。

二五、炸 段 宵

（一）原料：

香蕉	一斤半	面粉	五錢
京糕	四兩	鷄蛋清	三个
蜜棗	二兩	猪油（取一斤多作炸料用，約耗二兩）	
白糖	四兩		
干团粉	一兩		

（二）制作方法：

1．香蕉去皮切成一寸五分長、五分寬、二分厚的長方形片，京糕与蜜棗均切成与香蕉同样大小的薄片（蜜棗不够長时可以併起来）。

2．取兩片香蕉，中間夾上京糕及蜜棗各一片，夾好后成为一寸五分長、五分寬、八分厚的香蕉盒，称为段宵。然后將四面有縫的地方蘸上一層干面，使之容易掛糊。

3．將鷄蛋清三个放在大碗中，用四方的筷子向着一个方向打攪，把蛋清打成白色泡沫，像雪花一样，当筷子放在

碗中立着不倒时最为适宜，即为蛋清胡。在蛋清胡內加干团粉一兩拌匀待用。

4. 將猪油（要未用过的白色猪油）一斤多倒入鍋中，放在微火上，待油温时，把段背的上下四周抹上一層蛋清糊，放到油鍋中炸，約三分鐘左右，把鍋端到旺火上，用小手勺使段背翻轉，再炸二、三分鐘，炸成淺黃色时即可撈出，放在盤中撒上白糖即成。

（三）特点：

此菜是一种甜菜，皮脆內嫩，帶有酸甜味道。

又一順　（清眞）

又一順是北京著名的清眞飯館，品种繁多，技术优良，达賴、班禪喇嘛以及巴基斯坦、埃及等代表团来京时，都曾請过又一順厨师前往做菜。該号名厨师楊永和还創制了很多新品种，下列三十四种菜品就是他所最擅長的名菜。

二六、扒 海 羊

（一）原料：

水發魚翅……………一斤
熟羊蹄筋……………二兩
熟羊脊髓……………二兩
熟羊散丹（羊肚与小腸連接的部分）……………二兩
熟羊肚葫蘆（又名麻肚，即与散丹相連接的部分）……………二兩
熟羊肚蘑菇头（又名百頁，即与蘑菇头連接的部分）……………二兩
熟羊腦……………二兩
熟羊眼睛……………二兩
熟羊肚板（即羊肚較薄的部分）……………二兩
醬油（分兩次用）……二兩

糖色（分兩次用）……五錢
料酒……………………八錢
味之素（分兩次用）……三錢
湿团粉（分兩次用）……
……………………二兩五錢
香菜……………………一兩
葱……………………四錢
姜……………………二錢
蒜……………………二錢
大料……………………二分
鷄油（分四次用）三兩五錢
高湯（分兩次用）…二十兩

（二）制作方法：

1. 水發魚翅放在大碗內，加上清水（水要沒过魚翅），放在籠屜內用旺火蒸爛（一般的要蒸五小时左右，老的需要六小时才爛），取出用开水燙二次去掉腥味（注意不要把魚翅弄散）；然后放入凉水盆內，把魚翅理成扇面形，撈出挤去水分，放在盤子里。

2. 熟羊脊髓切成寸段。熟羊眼睛切成半分厚的片。熟羊腦切成一分厚的片。熟羊蹄筋切成寸段。熟羊散丹、熟羊肚板、熟羊肚葫蘆和熟羊肚蘑菇头切成三分寬、一寸長的斜塊。这些原料放在一起用开水燙一燙，撈出放在盆內。

3. 取炒勺放在旺火上，倒入鷄油（五錢），等油开后放入葱、姜、蒜、大料炸一下，不等葱变黃色就倒入料酒、高湯。等湯开时，撈出葱、姜、蒜、大料不要，接着把盆內切好的羊腦、羊眼、羊肚板、羊肚蘑菇头、蹄筋、羊散丹、羊肚葫蘆、羊脊髓等一併放入炒勺內，再加入醬油（一兩五錢）、味之素（一錢）、糖色（二錢）。燒到湯开时，把炒勺挪到微火上“靠”*十分鐘，淋入水团粉（一兩湿团粉加一兩水合成），翻攪兩下，再淋下鷄油（一兩），顛翻一次，倒在盤子里作底。

---

* 主料經过油“边炒”后，添少許湯及各种佐料，用微火煨到适当时間，煨成濃汁或把汁煨干，使佐料的味道吃到主料里去，叫做“靠”。飲食業多用“㸆”字。——編者

4. 取另一炒勺放在旺火上，倒入鷄油（五錢），燒到油見熱时（油尙未見烟时），投入大料（一分）、葱（二錢）、姜（一錢）、蒜（一錢）炸一下，到葱色变黃时放入料酒（四錢）、高湯（十兩）。等燒到湯开时，撈出葱、姜、蒜、大料不要，再把魚翅慢慢从盤子里推入炒勺內（不要弄散）。然后放入味之素（二錢）、醬油（一兩五錢）、糖色（三錢），等湯开时把炒勺挪到微火上“㸆”十分鐘，再淋入水团粉（一兩五錢湿团粉加一兩五錢水合成），接着把鷄油（一兩）倒在勺的四周，再將魚翅顚翻过来，使翅面朝上，上面再淋上鷄油（五錢）即成翅面，倒在用羊肚等作的底上面，旁边放上香菜即成。

注意事項：作底和作翅面必須同时进行，否則涼了不好吃。

三、特点：

此菜顏色金黃，魚翅很爛，配以羊杂碎，味極香醇，又無羶味。

二七、燒四宝

（一）原料：

水發魚唇	二兩	糖色	二錢
罐头鮑魚	二兩	大葱	三錢
芥菜	二兩	姜	一錢
水發玉蘭片	二兩	蒜	一錢
湿团粉	一兩	大料	一分
醬油	一兩二錢	高湯	七兩
料酒	三錢	鷄油	一兩二錢
味之素	五分		

（二）制作方法：

1. 水發魚唇切成五分寬、一寸五分長的塊放在碗里，用水洗一洗后撈出，放在籠屜上用旺火蒸熟（一般的蒸半小时即熟，老的魚唇須蒸一小时才熟，用手捏着發軟，便是熟了）。鮑魚撕去四周的草牙子，片成半分厚的薄片。芥菜用冷水洗淨，切成一分五厘厚的小斜片，放在开水鍋內煮熟。玉蘭片也片成一分五厘厚的小片。然后把魚唇、鮑魚、芥菜、玉蘭片四样交叉着摆在盤子里。

2. 葱切成小斜塊。姜、蒜去皮切成半分厚的薄片。

3. 將大炒勺放在旺火上，倒入四錢鷄油，燒五成开（油还未冒烟时）投入葱、蒜、姜，炒到葱色变黃时，放入料酒、高湯。等湯开后撈出葱、姜、蒜不要，然后將盤中的四样原料慢慢地用手推入炒勺中（注意不要弄散），再加入醬油、糖色、味之素。等湯再开，淋入水团粉（一兩濕团粉加一兩水合成），要淋勻；並在炒勺里的周圍再淋上六錢鷄油，隨把勺中四样原料顚翻过来，上面再淋上二錢鷄油即成。

三、特点：

此菜清香不膩，色金黃，頗为美观。

二八、 如意白菜捲

（一） 原料：

油炸的魚肚……………五錢	味之素（分二次用）…四分
鮮蝦仁…………………二兩	姜…………………………一錢
白菜叶（二片）……約四兩	鹽（分二次用）………八分
濕团粉（分二次用）…八錢	高湯………………………六兩
料酒（分二次用）……三錢	鷄油（分二次用）……一兩

（二） 制作方法：

1. 油炸的魚肚用水泡开洗淨剁成碎末。白菜叶用开水燙軟。鮮蝦仁剁成細泥。姜去皮切成碎末。

2. 把魚肚末、蝦仁泥、姜末、味之素（二分）、鹽（三分）、鷄油（五錢）、料酒（一錢）和湿团粉（三錢）同放一碗內拌成餡。

3. 兩片白菜叶平放在菜墩上，把拌好的餡分成均等的二份分别攤在菜叶上面，捲成圓柱形的捲，放在籠屜里用旺火蒸十分鐘即熟。然后取出切成大致相等的八塊，擺在盤子里。

4. 將炒勺放到旺火上，倒入高湯、料酒（二錢）、鹽（五分）、味之素（二分），燒开时淋入水团粉（五錢湿团粉加五錢水合成），用手勺翻攪兩下，即勾成白色的芡，芡上面再淋上鷄油，然后倒在白菜捲上即成。

（三） 特点：

此菜味極鮮香，不膩口，顏色乳白，为冬季的有名菜品。

二九、 荷叶鴨子

（一） 原料：

去毛的塡鴨（一只）…………淨重四斤半左右		胡椒面	二分
米粉	四兩五錢	醬油	二兩
鮮荷叶	五張	料酒	五錢
糯米	二兩五錢	葱	五錢
味之素	五分	姜	一錢
		大料	一分

（二） 制作方法：

1. 先用刀去掉鴨子的气管和嗉子，仰放在菜墩上。挨

着肛門上面割开一口，取出五臟等（本菜不用五臟），用清水洗淨，剔下胸脯、脊背和兩大腿的肉，切成大致相等的二十塊，放入盆內。

2. 葱、姜去皮切成碎末。把糯米和大料放在炒勺里炒熟，碾成細面，拌在一起，作成糯米粉。

3. 醬油、料酒、味之素、葱末、姜末、胡椒面放入碗內一起拌勻，倒入鴨肉盆內餵一会（使味浸入鴨肉中）。然后把糯米粉和米粉放入，用筷子拌勻，使米粉、糯米粉粘在鴨塊的四周。

4. 用冷水洗淨荷叶平放在菜墩上，去掉荷叶柄，每張切成均等的四塊。每塊荷叶中心放一塊鴨肉包好。然后一包一包地摆在盤子里，放在屜內用旺火蒸，約二小时左右即可出屜（已熟），吃时由食用者自己打开。

三、特点：

此菜質嫩、味清香。因以荷叶包裹，故名。

三〇、鴨泥面包

（一） 原料：

熟鴨肉	三兩	湿团粉	三錢
面包（白色的淡面包）	三兩	味之素	三分
鮮豌豆粒（也可以用黃瓜丁代替）	一兩	雞油	三錢
鹽	五分	高湯	十兩
料酒	二錢	植物油（取八兩作炸料，約耗一兩）	

（二） 制作方法：

1. 把熟鴨肉剁成細泥。面包撕去外皮，切成二分見方的小塊。

2. 把炒勺放在旺火上，倒入高湯、鴨泥、豌豆粒、料酒、鹽、味之素。等湯开时淋入水团粉（三錢湿团粉加三錢水和成），注意要淋勻，湯再开时淋下雞油便成鴨泥羹，倒在湯盤里待用。

3. 洗淨炒勺放在旺火上，倒入八兩植物油，燒到油見烟时（七成开），放入面包丁，並用勺不断翻攪使其炸勻，炸到金黃色时撈出，放在另一湯盤內，把鴨泥羹迅速澆在面包上即成。

（三） 特点：

此菜湯味鮮美，面包酥脆。在把羹澆在面包上面时，会發生"哧拉"的响声，在澆汁后应立即食用，时間放長面包就会变軟不酥。

三一、如意鴨肝捲

（一） 原料：

鴨肝	三兩	湿团粉	七錢
鷄蛋	二个	味之素	四分
西紅柿	三錢	鹽	五分
水發玉蘭片	五錢	高湯	五兩
香菇	一錢	鷄油	一兩
黃瓜	五錢		

（二） 制作方法：

1. 香菇用开水泡开，摘去泥根。水發玉蘭片、黃瓜、西紅柿用冷水洗淨，切成半分厚的小片。

2. 把鷄蛋打入碗內，加入团粉（一錢湿团粉加一錢水和成）、鹽（一分），用筷子攪打均勻。

把大炒勺放在微火上，放入少許花生油（少放一点即可），

拿起炒勺搖撓几下，使花生油散开，再把打好的鷄蛋慢慢地倒入勺中心，不断地轉动大勺，約半分鐘后，即攤成直徑約一尺的圓形蛋皮。

3. 將鴨肝切成碎片，放入开水鍋內緊一緊（即燙一下），去掉血气味，拿出用刀剁成碎末；再取二錢玉蘭片也剁成碎末，同放一碗內。

再拿一大炒勺，放在旺火上，倒入一兩高湯燒开，加入团粉（二錢湿团粉加二錢水和成）、味之素、料酒、鹽（一分），用手勺翻攪数下，勾成濃芡。然后倒入盛鴨肝、玉蘭片碎末的碗內，用筷子調勻，即成鴨肝餡。

4. 攤好的蛋皮，从中間切开，分为兩半，攤上鴨肝餡，用手捲成兩个一般大小的捲，放在籠屜內約蒸五分鐘即熟。隨即取出放在菜墩上切成均等的八塊，放在盤子里，等待澆芡。

5. 把大炒勺放在旺火上，倒入四兩高湯燒开。加入团粉（四錢湿团粉加四錢水和成）、鹽（三分）、玉蘭片、香菇、黃瓜、西紅柿等，勾成白色的芡，澆在切好的捲塊上即成。

（三） 特点：

此菜味鮮香，質軟嫩。黃捲白汁，面上並有紅、綠各色小片，色調美观。

三二、珍珠三鮮

（一） 原料：

生鷄脯肉	一兩五錢	牛奶	五錢
鷄蛋（一个）	約一兩五錢	湿团粉	六錢
豌豆粒	一兩	味之素	三分
西紅柿	二兩	料酒	三錢

盐……………………………五分　　鷄油……………………………三錢
高湯……………………………十兩

（二）制作方法：

1. 生鷄脯肉剔去白筋，剁成碎泥。二錢湿团粉用牛奶和开。鷄蛋打开去黄只用蛋清。以上三样原料放一碗內拌成鷄泥。

2. 西紅柿用冷水洗淨，在开水中燙一下，剝皮去籽，切成一分見方的小丁。

3. 把大炒勺放在旺火上，倒入高湯，燒开后放入豌豆、西紅柿，这时湯温下降。等再燒开时，即把大炒勺从火上端下来。用一只筷子把鷄泥从碗边一点一点地撥出，撥成豌豆粒大小的圓形小疙瘩。撥完后把炒勺再挪到火口上燒开，随即放入团粉（四錢湿团粉加四錢水和成），湯再开时三种顏色的小粒便被团粉托在上面，再放入味之素、鷄油即成。

（三）特点：

此菜味鮮美适口，湯作成后呈現白、綠、紅三色，鮮艷美观。

三三、扒　三　白

（一）原料：

熟鷄脯肉……………………二兩　　味之素……………………四分
龙鬚菜（罐头）…………二根　　葱……………………………二錢
白菜心…………………………五兩　　姜……………………………一錢
牛奶……………………………三兩　　鹽……………………………五分
湿团粉…………………………一兩　　高湯…………………………四兩
料酒……………………………三分　　鷄油…………………一兩二錢

（二）制作方法：

1. 熟鷄脯肉切成二分寬、一寸五分長的斜条，但要保持整塊的原形，放在盤子的一边。龙鬚菜撕去外皮，放在盤子的另一边。白菜心削去根部切成大致相等的八瓣，放入开水鍋內煮爛，放到鷄脯和龙鬚菜上面。葱切成斜塊。姜切成半分厚的薄片。

2. 把大炒勺放在旺火上，倒入四錢鷄油，燒五成开（油还未冒烟时），把葱塊、姜片放入炸一下，不等葱变色就要放入料酒、高湯。等湯开后撈出葱、姜不要，然后慢慢地把盤中的三白（即龙鬚菜、鷄肉、白菜）推入炒勺內（注意不要弄散），紧接着就放入鹽和味之素。等湯再开时倒入牛奶，並淋入水团粉（一兩濕团粉加一兩水和成），注意要淋勻，淋完后立即把六錢鷄油倒在大勺四周，再顛翻一次，上面再淋二錢鷄油即成。

（三） 特点：

此菜味清淡鮮香。作成后呈乳白色，很美观。

三四、星 月 鷄

（一） 原料：

熟鷄脯	二兩	細黃瓜（直徑在四分以內者）	二分
鷄蛋	二个	紫蘿卜片*	六片
西紅柿（最好是一个）	四兩	生菜（最好是生菜心）	一兩
香菇（挑选圓形的四小塊）	約一錢	干团粉	三錢
洋葱	五分	鹽	五分

* 紫蘿卜片制法：把紫蘿卜整个放入开水鍋里（注意不要碰破皮，皮破就会走色），煮二十分鐘后取出，片去皮，切成一分厚的斜象眼片，即菱形片。然后按一斤蘿卜：半斤醋：二兩糖的比例放在碗里浸泡，泡十分鐘后即可使用。

料酒……………………二錢　　鷄油（分二次用）……七錢
味之素…………………三分　　高湯……………………四兩

（二）制作方法：

1. 西紅柿用开水燙一下（燙二秒鐘即可），撕去皮，根部朝下，豎着切成一分半厚的薄片，一片搭一片地在盤中碼成弯月牙形。

2. 鷄脯放在菜板上，把刀背向右斜成四十五度角，横着肉絲向斜下方片下，片成一分厚的肉片（即坡刀片），一片搭一片地碼在西紅柿上，也碼成弯月牙形。

3. 香菇泡开（用开水泡十分鐘即可），去根洗淨，並排擺在月牙弯里。

4. 鷄蛋煮熟剝去外皮，把尖的一头切去一塊，使能立住；用一分寬的薄片刀在鷄蛋腰部按鋸齿形一刀一刀地由外向里插入鷄蛋中心（見圖1）；圍繞鷄蛋插一周后，再按鋸齿縫隙輕輕地掰开，好像兩朵蓮花（見圖2）；然后在弯月

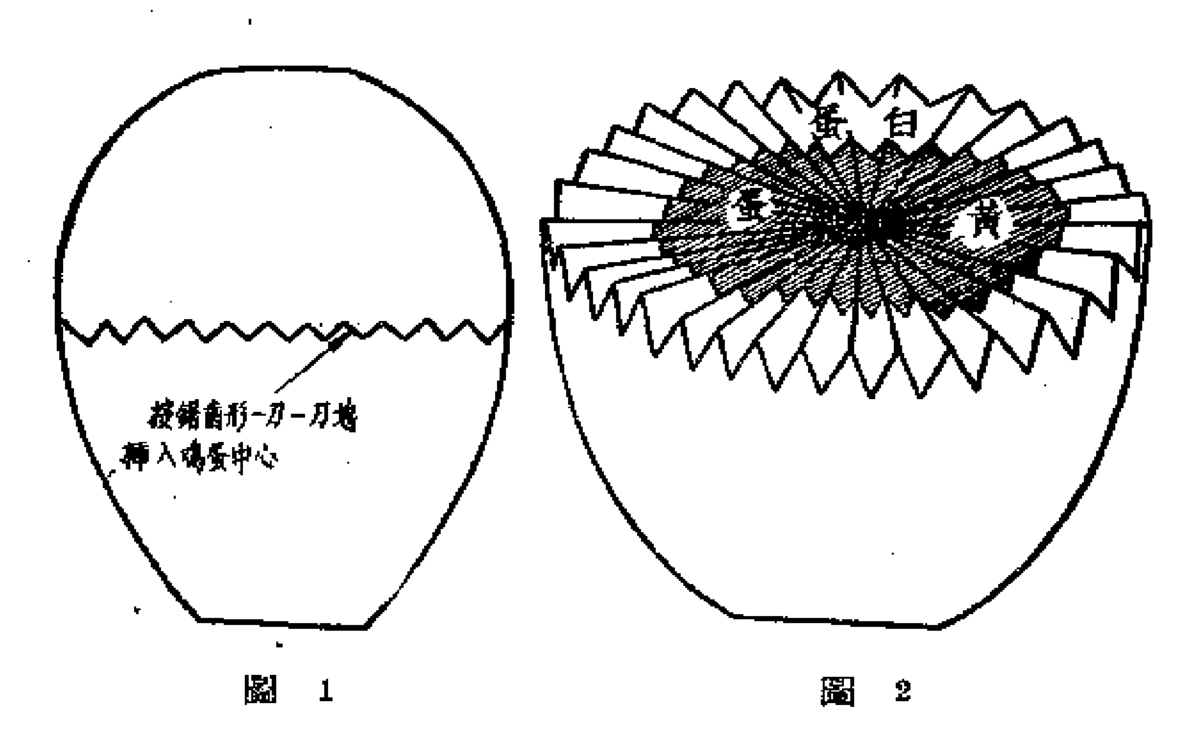


圖 1　　　　圖 2

牙的弓形外面把四个蓮花形的鷄蛋摆成一排（蓮花瓣朝上）。

5. 葱切成碎末。把二錢鷄油放入炒勺里燒热，放入葱末炒熟（約炒三秒鐘，炒熟即可，不要炒焦），倒入小碗里；然后把蓮花瓣里的熟蛋黄取出捏碎，和味之素（一分）一併放入小碗里拌勻；再放回蓮花瓣里。

6. 按照上述情形把这些原料在盤里摆成星月形后，即整盤放在籠屜里蒸透（蒸五分鐘左右），然后取出。

7. 細黄瓜切成半分厚的圓片，取用四片，放在蓮花形的鷄蛋上（中間）。取一片泡好的紫蘿卜片，切成四个小菱形片，分别摆在蛋黄上面的瓜片上。

8. 把炒勺放在旺火上，加入高湯、料酒、味之素（二分）和鹽；湯开后，把团粉与三錢水溶开放入湯內，翻攪兩次，加入明油（鷄油五錢）；然后把湯輕輕澆在鷄脯肉、西紅柿、香菇、鷄蛋上。

9. 最后在盤子的边沿处碼上洗淨的生菜，並把剩下的紫蘿卜片散放在生菜上。

（三） 特点：

此菜做成后儼如星月聚集之狀，故名。味道鮮嫩可口。菜中有綠、紅、黑、黄、白等各样色采，很美观。

三五、滑羊四宝

（一）原料：

生鷄脯肉	一兩	黄瓜	五錢
生鷄胗	一兩	荸薺	五錢
生鱖魚肉	一兩	白糖	八錢
生鷄肝	一兩	湿团粉	八錢
鷄蛋	一个	醬油	八錢

料酒……………………二錢　　明油（香油、鷄油皆可）
醋………………………四錢　　……………………三錢
糖色……………………二錢　　植物油（取一斤作炸料用，
姜………………………一錢　　約耗一兩）

（二）制作方法：

1. 把鷄肉、魚肉、鷄胗、鷄肝、黃瓜和荸薺（先削去皮）等，都切成三分見方的小塊。姜去皮切成碎末。

2. 鷄蛋打开去黃把蛋清倒入碗內，加入三錢湿团粉，調拌均匀，放入鷄脯肉、魚肉和鷄胗、鷄肝等再拌匀。

3. 醬油、料酒、醋、糖色、姜末、糖和团粉（五錢湿团粉加五錢水和开）一併放入空碗內，調成糖醋芡。

4. 把大炒勺放在旺火上，倒入一斤植物油，油燒温时放入拌好的鷄肉、胗、肝和魚肉塊，不断翻动，以炸匀炸熟炸透为度。在出勺之前把荸薺、黃瓜塊放入油勺中炸一炸，炸好后一併撈出，倒去勺中油；再把炸过的各种原料倒入勺中，隨即倒入糖醋芡，翻攪数下，看芡抱在各个塊的上面时，淋上明油，顚翻二、三次即成。

（三）特点：

此菜肉質軟嫩，味鮮香，並帶有濃厚的甜酸味。

三六、白 露 鷄

（一）原料：

熟鷄肉…………一兩五錢　　百合粉……………………三錢
生魚肉……………………一兩　　精鹽（分兩次用）……一錢
鷄蛋清…………………六个　　料酒……………………三錢
紅胡蘿卜………………五錢　　味之素…………………三分
香菜叶…………………少許　　湿团粉…………………五錢

鷄油（分兩次用）…………一兩五錢	牛奶……………………五錢
	高湯……………………一斤

（二）制作方法：

1. 把熟鷄肉片成薄片，越薄越好。胡蘿卜刮去外皮，削下外層紅色部分的肉，剁成碎末。鷄蛋清放入碗內，用筷子很快地攪打起很多泡沫，至能立起筷子为度。

2. 把魚肉剁成細泥，放到碗里，加入湿团粉、牛奶、精鹽（五分），用筷子調匀后，倒入鷄蛋清碗內，加入鷄油（一兩二錢），再用筷子攪打調匀。

3. 把鷄肉一片挨着一片地摆在籠屜布上，使成四方形，上面撒上百合粉，再攤上調匀的魚肉，要注意攤匀。攤完后，把胡蘿卜末、香菜等分二行摆在上面，在旺火上蒸十五分鐘即熟。然后取出，切成一寸五分長、四分寬的長方塊，將撒有胡蘿卜末和香菜叶的一面朝上摆在湯盤內。

4. 把炒勺放在旺火上，倒入高湯、精鹽（五分）、料酒、味之素燒开，放入鷄油（三錢），迅即端起炒勺，將湯澆在鷄肉塊上面即成。

（三）特点：

此菜系湯菜，鷄肉香嫩，味極鮮美。作成后有紅白綠三种顏色，很美观。

三七、菊花魚球

（一）原料：

鱖魚（又称花鯽）肉…三兩	黃瓜……………………一錢
鷄蛋……………………二个	干木耳…………………一錢
水發玉蘭片……………一錢	白糖………………一兩二錢
胡蘿卜…………………二兩	团粉………………一兩五錢

醬油……………………五錢	姜……………………四分
料酒……………………三錢	鷄油（作明油用）……五錢
醋………………………四錢	植物油（取一斤作炸料用，
葱………………………一錢	大約耗用一兩）。

（二）制作方法：

1. 把鱖魚肉切成碎末。胡蘿卜用水洗淨后切成半分寬、半分厚、一寸五分長的細絲（不应切得过粗或过細，过粗炸不透，过細則容易炸軟而不能挺起来呈菊花之狀）。把木耳泡开（用冷水泡二十分鐘即可，急用时亦可用热水泡），切成一分寬的細条。

2. 把葱順長切成長約一寸、寬約一分的細条。把姜去皮切成極細的碎末。把玉蘭片和黃瓜均切成長約五分、寬約三分的斜方小片（半分厚）。

3. 把鷄蛋打入碗內攪开，取一兩干团粉碾碎加入，並把鱖魚肉末、胡蘿卜絲、木耳絲一起放入，充分攪拌使其調勻。

4. 取五錢团粉用一兩水攪开，先放入姜末、葱条，再放入白糖、醬油、醋、料酒，加以攪拌即成糖醋芡。然后把切好的玉蘭片、黃瓜片一併放入拌好。

5. 把植物油（約一斤）放入大炒勺，燒溫后（油稍一起沫即可）从火口上端下来，放在爐旁。把配好的原料用手擠作球形（即丸子）放入油勺。放完后再放火上，把丸子炸透撈出（約炸一分鐘，直到外焦里熟，呈金黃色），倒出勺中油。然后把炒勺放在猛火上。把炸过的丸子放入，同时倒入配好的糖醋芡，炒半分鐘，洒入明油，翻攪兩次即成。

注意事項：丸子下油时，油不能过热或过冷，过热能使丸子炸得外焦里不熟；过冷則能把丸子炸碎。下丸子时也应

使油鍋离开火口，放入丸子后再繼續放在火上炸，以免使丸子炸得有的焦了、有的不熟。

（三）特点：

1. 此菜做成时，炸挺了的胡蘿卜絲会向四外伸張开来，形如菊花之狀，故名。

2. 此菜味甜且香，並稍有酸味，做成时为金黃色。

三八、魚蓉白奶羹

（一）原料：

鱖魚肉…………三兩	料酒…………三錢
西紅柿…………五錢	鹽…………五分
豌豆粒…………一兩	高湯…………八兩
面包…………四兩	鷄油（明油）…………三錢
干香菇…………五分	植物油（取六兩作炸料用，約耗一兩）
团粉…………三錢	
味之素…………三分	

（二）制作方法：

1. 面包切去外皮，切成長、寬、高各二分大的小丁。

2. 取淨鱖魚肉一塊（約三兩），下入开水鍋中煮熟（在微火上約煮十分鐘即可）后撈出来，捏成碎末。

3. 香菇用开水泡开（泡三分鐘即可），洗淨去根，切成小丁（長、寬、高各一分左右）。西紅柿用开水燙一下，去皮去籽，也切成同样大的小丁。

4. 高湯倒入鍋內，在旺火上燒开后，把鱖魚肉末、豌豆、香菇丁、西紅柿丁及鹽、味之素、料酒放入；再开时，放入团粉，翻攪几下，加入明油，即成羹汁，随后倒入大碗內待用。

5. 取植物油六兩放入炒勺，在旺火上燒开（油剛一冒烟即可），把面包丁放入炸酥炸透（以炸成橙黃色为度）。

6. 面包丁炸好后，赶快捞出放在空湯盤里，並立即端在飯桌上，在食用者面前把碗里的汁澆在剛剛炸好的面包丁上，此菜即成。汁澆在面包丁上的时候，即發出一种"哧啦"之声，这是面包丁上的热油与汁相激的結果，所以面包丁炸好后应立即端上飯桌，急速澆汁，面包丁才酥脆好吃；否則就不会發出这种响声，面包丁也不会酥脆。

（三）特点：

1. 此菜是燴菜，內有五色小丁，外罩一層白羹，像一層白霧一样，羹味鮮香。

2. 此菜在澆汁后应立即食用，面包丁很酥脆並有油香味；时間放長就会变軟不好吃。

三九、番茄香菇盒

（一）原料：

水發香菇	二兩	料酒	二錢
鱖魚肉	一兩	味之素	三分
鷄蛋清	六个	白糖	二錢
番茄醬	四兩	湿団粉（分兩次用）	一兩
百合粉	三錢	鷄油	八錢
牛奶	五錢	高湯	五兩
精鹽（分兩次用）	五分		

（二）制作方法：

1. 水發香菇摘去根蒂挤去水分，里面蘸上百合粉，仰着擺在盤子里（中間要有距离，以免連在一起）。

2. 鱖魚肉剁成細泥，放入碗內，加入精鹽（一分）、

湿团粉（四錢）、牛奶（五錢），把魚肉泥和开。將鷄蛋清倒入碗內用筷子攪打，打到起很多泡沫，能立起筷子为度。然后再把和好的鱖魚肉倒入鷄蛋清碗內攪勻。

3. 拿小勺把調好的鱖魚肉分別舀在每个香菇上面，即成生香菇盒。然后放在籠屜上用旺火蒸五分鐘即熟，取出分三行碼在盤子里。

4. 把炒勺放在旺火上，倒入高湯、番茄醬、精鹽（四分）、料酒、味之素、白糖，燒开时再放入水团粉（六錢湿团粉加六錢水和成）翻攪兩下，勾成紅色的芡，上面再淋上鷄油，倒在香菇盒上即成。

（三）特点：

此菜味清香，並略帶甜味；有紅、白、黑三种顏色，頗为美观。

四〇、炸 捲 果

（一）原料：

牛肉……………………一斤
格炸* …………………六兩
豆腐皮，又称油皮（半徑六寸的半圓形）………二張
塊团粉(分兩次用)……五兩
熟花椒面………………二分
精鹽……………………二錢
椒鹽（二分熟花椒面加一錢鹽面混合而成）一錢二分
大葱……………………五錢
姜………………………二錢
植物油（一次炸不开，可分四次炸，每次取油一斤，每次炸完約耗一兩）

（二）制作方法：

---

* "格炸"是用綠豆面加水調成糊狀，攤在餅鐺上，用火烙熟的一种食品。烙成后約为八寸長、五寸寬、三、四分厚的長方塊，色金黃，質軟味香，可作菜肴的原料。用时再切成小塊或將其搗碎和其他原料拌在一起做餡。

1. 牛肉切成碎末。葱切成葱花。姜切成碎末。

2. "格炸"及塊团粉（四兩）揑碎后和碎肉末放在一起，加入葱花、姜末、精鹽、熟花椒面攪拌一次；再取涼水五兩分五次摻入，每摻入涼水一次，即攪拌一次，做成餡。

3. 豆腐皮放在案板上，把剩余的塊团粉（一兩）用一兩水攪开，均匀地洒滿在二張豆腐皮上；然后把餡分做成兩个七寸長的圓条，分別放在兩張豆腐皮上，用手捲成"生捲果"。

4. "生捲果"放入籠屜內蒸熟后（約蒸三十分鐘左右）取出，用干淨的布捲起来，用手把捲果揑紧后把布揭去，晾涼，然后切成二分厚的片。

5. 植物油放入鍋中，在旺火上燒七成开后（剛一冒烟），放入捲果片，約炸二、三分鐘，把餡的顏色炸成由灰色变为紅色，即可撈出蘸着椒鹽食用。

（三）特点：

1. 此菜約有百余年的历史，是回民最喜吃的菜。回民在招待賓客的宴席上一般皆备此菜。

2. 炸成后的捲果，皮呈黃色，餡呈紅色；吃起来外焦里嫩，味香不膩。

四一、袈裟牛肉

（一）原料：

瘦牛肉……………二兩五錢	精鹽……………………二分
格炸……………………一兩	葱……………………二錢
鷄蛋二个……去皮一兩五錢	姜……………………二分
湿团粉（二次用）…一兩二錢	香油……………………二錢
醬油……………………二錢	花生油（取一斤作炸料用約耗一兩五錢）
花椒……………………一錢	

(二)制作方法:

1. 取一大碗把二个鷄蛋打入，再放入鹽水（用一分鹽、二分水合成）、水团粉（二錢湿团粉加二錢水和成），然后用筷子在碗內攪打約一分鐘，使鷄蛋起沫。

2. 把大炒勺放在微火上，炒勺里面略擦一些油，使勺面光滑。待炒勺見热时，用左手从火口上拿起，右手拿一小勺，把調好的鷄蛋舀出五分之四倒在大炒勺中心，左手則轉动大炒勺，約半分鐘即攤成直徑八寸長、半分厚的圓形鷄蛋皮。

3. 把牛肉用絞肉机絞碎，“格炸”用刀碾碎，团粉用手捏碎，葱、姜切成碎末（越碎越好），花椒炒胡（越胡越好）碾碎，一併放入盆內；再加入精鹽、醬油、香油，然后攪拌均匀，做成餡。

4. 蛋皮平放在菜板上，切成均匀的兩片；再把剩下鷄蛋的二分之一擦在半面蛋皮上，隨即把拌好的餡，平攤在半面蛋皮上，並把剩下的鷄蛋擦在餡上；然后把另半面蛋皮复蓋在上面，用刀压一压，使其平实；再用刀切成五分寬、二寸長的斜象眼塊（即斜方小塊）。

5. 把大炒勺放在旺火上，倒入一斤花生油，燒到七成开（油見烟），迅即將切好的象眼塊放入炒勺內炸（注意不要粘在一起）。炸时要不断翻动，使其炸匀，到呈金黃色、外皮略微炸焦（需炸半分鐘）时，用笊籬撈出放入盤內，即可蘸着椒鹽面食用。

(三)特点:

此菜外皮酥軟，肉餡香嫩，並略帶胡椒味。

四二、他絲蜜

(一)原料:

羊里脊(嫩瘦肉亦可)…四兩
白糖……………………八錢
甜面醬…………………二錢
团粉(分二次用)……六錢
醬油……………………六錢
料酒……………………二錢
醋……………………二錢
姜……………………二分
明油(鷄油、香油均可)……………………三錢
植物油(取六兩作炸料用,大約耗用一兩)

(二)制作方法:

1. 把羊里脊切成長寬各一寸的肉片(約半分厚)。姜去皮切作碎末。

2. 取二錢团粉用半錢水拌开,然后放入甜面醬及切好的里脊片,拌勻。

3. 剩下的四錢团粉加一兩水攪开,把切好的姜末放入,再放入醋、醬油、糖色、白糖、料酒,調勻成芡。

4. 把植物油(約六兩)倒入炒勺,在旺火上燒至五成开后,把用团粉和甜面醬拌好的里脊片倒入热油中,攪拌几下,使肉色炸得变成灰白(在旺火上約炸十五秒鐘)。然后把肉片撈出,去勺中油;再把炒勺放在旺火上,將炸过的肉片重新放入炒勺,同时放入拌好的芡粉,不断翻攪着炒十秒鐘。再放入明油,翻攪兩次即成。

三、特点:

1. 此菜口甜並稍有香味和酸味,甘美不膩,肉質軟嫩,似有不嚼即化之感。做成后系深紅色,並有光澤。

2. 据說此菜的制作方法是由宮庭中流傳出来的。

四三、桂花羊肉

（一）原料：

羊里脊……………二兩五錢　　精鹽……………………五分
鷄蛋……………………三个　　姜（切成碎末）………二分
味之素…………………三分　　鷄油……………………一兩

（二）制作方法：

1.　把里脊横着肉紋切作細絲（寬、厚各一分）。

2.　把鷄蛋打入碗內，再放入姜末，里脊絲一起拌匀。

3.　把大炒勺放在旺火上，倒入鷄油；燒热后，把用鷄蛋拌匀的里脊絲和姜末倒入炒勺翻攪几下（約炒十秒鐘）；然后把味之素、料酒、精鹽一併放入，不断翻攪着炒十秒鐘即成。

（三）特点：

此菜軟嫩，味香而鮮。作成后系金黄色，因形狀和顏色都象桂花，故名。

四四、东坡羊肉

（一）原料：

羊肉（用肥瘦的羊腰窩肉）
　……………………………八兩　　大葱……………………三錢
土豆………………一兩五錢　　姜………………………一錢
胡蘿卜……………一兩五錢　　蒜…………………一錢五分
醬油……………………二兩　　大料……………一分五厘
料酒……………………二錢　　花椒……………………五厘
糖色………………一錢五分　　植物油（取四兩作炸料用，約耗一兩）

（二）制作方法：

1.　把羊腰窩肉切成長一寸五分、寬六分的長方形塊，

平放在菜墩上。每块上面交叉划兩刀（切入二分为度），分成四个小三角形。土豆削去外皮，切成菱角形的块。胡蘿卜刮去外皮，用冷水洗淨，也切成菱角形的块。

2. 把大炒勺放在旺火上，倒入植物油，燒到油見烟时把切好的羊肉块放入，約炒五、六分鐘，肉变金黃色时即可撈出。再把切好的土豆、胡蘿卜块放入油勺中，炸到金黃色时撈出，倒去余油。

3. 把砂鍋放在微火上，倒入炒好的羊肉块，加入清水（能沒过肉即可），然后把醬油、葱、蒜、姜、花椒、大料、料酒、糖色一併放入，一直煨到肉爛（嫩肉約二小时，老肉要三小时），再放入炸过的土豆、胡蘿卜块，一起再煨五分鐘，倒入湯盤內即成。

（三）特点：

此菜味香肉爛不膩，吃时不嚼即化。

四五、生扒羊肉

（一）原料：

羊肉（要用肥瘦的羊腰窩肉）……一斤十兩	大料……二分
甜面醬……二兩	大葱……一兩
白糖……三錢	姜……二錢
醬油……二兩	蒜……二錢
料酒……六錢	明油（鷄油、香油皆可）……五錢
糖色……三錢	

（二）制作方法：

1. 姜、蒜去皮切成半分厚的片。葱切成一寸長的斜塊。

2. 把羊肉放入开水鍋中煮二十分鐘，去掉血腥味，用

勺撈出，將甜面醬抹在大碗里，然后將肉的"云皮"（即在肉皮下面附在羊肉上的一層薄皮）朝下放入大碗內。把醬油、料酒、白糖、糖色一起放在另一碗內調勻，倒在羊肉碗里。再放入葱、姜、蒜、大料上屜蒸。蒸到十分爛时（一般要蒸四小时），把碗端出，用勺攔着肉，把湯空到另一碗內，並揀出葱、蒜、姜、大料不要。把碗扣在盤子上，揭去碗，用筷子把"云皮"揭下不要。

3. 把大炒勺放在旺火上，將空出的蒸肉湯倒入炒勺中，燒到將要开时，倒入水团粉（一兩濕团粉加一兩水和成），看湯再一起泡时放入明油，即成芡，澆在肉上即成。

（三）特点：

此菜肉質極为軟嫩，如同豆腐，味香肉爛，不嚼即化。

四六、手抓羊肉

（一）原料：

帶骨的羊腰窩肉	一斤	青椒	一兩
醬油	一兩	葱（分兩次用）	一兩
精鹽	一錢	姜（分兩次用）	五錢
胡椒面	五分	蒜（分兩次用）	五錢
辣椒面	五分	大料	一粒
花椒	二、三粒	香菜	一兩

（二）制作方法：

1. 帶骨的腰窩肉剁成一寸長、五分寬的塊（不要把骨剁碎），用冷水洗淨。葱（五錢）切成斜塊。姜（二錢）、蒜（二錢）切成薄片。

2. 把葱（五錢）、蒜（三錢）、姜（三錢）和青椒、香菜都切成碎末，放入小碗內，加入胡椒面、辣椒面、醬油

配成蘸肉吃的佐料。

3．把大炒勺放在旺火上，倒入适量的水（能沒过肉即可），燒开后放入肉塊，等水再开时湯面上便出現浮沫，拿勺撇出不要。然后把湯和肉一起倒入砂鍋內，同时放入精鹽、葱塊、姜片、蒜片、大料、花椒，盖上盖放到微火上煨。煨到肉爛时（一般煨二个半小时即爛），撈出裝在碗里。吃时蘸着佐料食用。

（三）特点：

此菜味醇厚鮮美，並無羶气。西北也有此菜，但作法与味道均不相同，又一順所烹制者頗受消費者的欢迎。

四七、燉二筋

（一）原料：

熟羊蹄筋	四兩	葱	一錢
軟筋（即炸好的面筋）	二兩	姜	一錢
湿团粉	一兩	蒜	一錢
醬油	一兩二錢	大料	一分
料酒	二錢	香油	一兩二錢
味之素	三分	高湯	六兩
糖色	二錢	植物油	四錢

（二）制作方法：

1．每根羊蹄筋劈成兩半，切成一寸五分長的段，放在盤的一边。葱切成小斜塊。姜、蒜去皮切成半分厚的薄片。軟筋放在开水盆內泡一下，回軟后，換一次水用笊籬压几次挤出油味，撈在笊籬上用小勺挤去水分，放在盤子的另一边。

2．把炒勺放在旺火上，倒入四錢植物油，燒五成开（油还未冒烟时），放入葱、姜、蒜、大料，到变黃色时再放

入料酒、高湯。等湯开时撈出葱、姜、蒜、大料不要，把盤中的羊蹄筋、軟筋慢慢地推入炒勺內（注意不要弄散）。再放入醬油、糖色、味之素，隨即端到微火上去"靠"五分鐘。然后淋入水团粉（一兩湿团粉加一兩水和成），並在四周淋上六錢香油，將炒勺顚翻一次，上面再淋上二錢香油，倒在盤子里即成。

（三）特点：

此菜羊蹄筋到口即化，味香醇而不膩，顏色深紅。

四八、奶湯散丹

（一）原料：

熟羊散丹（即羊肚的头部与小腸連接的部分）…四兩	味之素…………………三分
牛奶……………………三兩	鹽……………………五分
湿团粉…………………四錢	高湯…………………六兩
料酒……………………二錢	鷄油…………………五錢

（二）制作方法：

1. 羊散丹切成三分寬、一寸五分長的斜象眼塊。

2. 把炒勺放在旺火上，放入高湯、羊散丹塊、料酒、鹽、味之素。燒到湯將开时倒入牛奶，接着淋入水团粉（四錢湿团粉加四錢水和成），翻攪兩下再淋上鷄油，迅即倒在湯盤里（时間不能太長，以免湯色变黃）即成。

（三）特点：

此菜是湯菜，味清香不膩，顏色乳白。

四九、都三样

（一）原料：

熟羊眼睛…………一兩五錢	熟羊脊髓………………二兩

熟羊腦……………………二兩
醬油……………………七錢
糖色……………………二錢
料酒……………………二錢
味之素…………………三分
湿团粉…………………六錢
葱………………………一錢
姜………………………一錢
蒜………………………一錢
大料……………………一分
高湯……………………六兩
香油（分兩次用）……一兩

（二）制作方法：

1. 熟羊眼睛切成半分厚的薄片。熟羊腦切成一分厚的斜片。熟羊脊髓切成一寸長的段。放在一起。

2. 葱切成寸段。姜、蒜去皮切成半分厚的片。

3. 把炒勺放在旺火上，倒入四錢香油，燒热（油不要冒烟），接着投入葱段、姜片、蒜片、大料炸一下，炸到葱变成焦黄色时，放入料酒、高湯。待湯开时，撈出葱、姜、蒜、大料不要，再放入羊眼、羊腦、羊脊髓、醬油、糖色、味之素。待湯再开后，把炒勺端到微火上"靠"五分鐘，然后淋入湿团粉（六錢湿团粉加六錢水和成），但要淋匀，並在炒勺周圍淋上剩下的香油，把炒勺中的三样顛翻过来，倒在盤子里即成。

（三）特点：

此菜味鮮香，色深紅，适于作飯菜。

五〇、羊肝排瓮

（一）原料：

羊肝……………………六兩
豆腐皮（即油皮）……二張
面粉……………………一兩
花椒……………………一錢
精鹽……………………一錢
花生油（取一斤作炸料用，約耗一兩五錢）

（二）制作方法：

1. 面粉一兩加五錢水和成面糊。羊肝切成二寸長、一寸寬、半分厚的片，共十二片。

2. 用一張豆腐皮作底，平舖在菜墩上面，把面糊的一半均勻地攤在豆腐皮上，舖上一片一片的羊肝，羊肝上面攤上另一半面糊，再用一張豆腐皮盖上。然后用刀压实，切成長方塊（二寸長、一寸寬），共十二塊。每塊中間用刀順長竪着划三刀，中間一刀要略長些（为了能翻过去）。將每塊羊肝的一头，从中間划破处穿过去，便成排岔形（排岔是北京的一种油炸食品）。

3. 把大炒勺放在旺火上，倒入花生油，燒到油見烟时，把羊肝塊一塊一塊地放入油勺內炸。炸时要不断翻动，到外皮呈金黃色时即成。撈出放在盤內，蘸着椒鹽面吃。

（三）特点：

此菜味香，皮酥里嫩。

五一、鹽爆肚仁

（一）原料：

羊肚領（二个，即羊肚中腰的較厚部分）……約八兩	蒜……一錢
香菜……一兩五錢	滷蝦油……五錢
料酒……二錢	鹽……五分
葱……三錢	植物油（取八兩作炸料，約耗八錢）
姜……一錢	

（二）制作方法：

1. 撕去肚領的皮和油，洗淨后剁成五分見方的塊。葱、姜、蒜去皮切成碎末。香菜切成六分長的段。

2. 把葱、姜、蒜末、香菜段、鹽和料酒同放一碗內調成佐料。

3. 預备开水一鍋，同时把油鍋放在旺火上，將油燒开后，把切好的肚塊放在笊籬上，連笊籬一起放到开水鍋中汆一下，肚塊即卷起，赶快撈出（时間过久嚼不动），再放到熱油鍋中炸一下，迅即把肚塊連油倒在漏勺中，漏去油（不要用漏勺到油鍋中撈肚塊，以防时間过久，肚塊老了）。然后將肚仁塊放入炒勺中，同时倒入調好的佐料，用手勺翻攪兩下，倒在盤內即成。吃时蘸滷蝦油吃。

（三）特点：

此菜清香脆嫩，口味清淡，有香菜味。烹制时要很好掌握火候时間，汆与炸的时間均要迅速，不要过久，否則即会嚼不动。

五二、酸 辣 銀 絲

（一）原料：

熟羊肚板（即羊肚較薄的部分）	四兩	味之素	三分
濕团粉	四錢	胡椒面	五分
香菜	五錢	鹽	五分
料酒	二錢	高湯（鷄鴨湯或牛肉湯）	十兩
醋	五錢	鷄油	四錢

（二）制作方法：

1. 熟羊肚板切成二寸長、一分寬、半分厚的絲。香菜切成碎末。

2. 把大炒勺放在旺火上，放入高湯、肚絲、味之素、鹽、料酒。燒开时淋入水团粉（四錢濕团粉加四錢水和成），

用手勺翻攪兩下，再放入醋、鷄油、胡椒面，然后立即倒在湯盤內，上面再撒上香菜末即成。

（三）特点：

此菜是湯菜，湯味酸辣香醇，不但可口，且可开胃。

五三、油爆肚仁

（一）原料：

羊肚領（二个、即羊肚中腰的較厚部分）……約八兩
牛奶……………………一兩五錢
濕团粉…………………六錢
料酒……………………二錢
葱………………………一錢
姜………………………一錢
蒜………………………一錢
滷蝦油…………………五錢
鹽………………………五分
鷄油……………………五錢
植物油（取八兩作炸料，約耗八錢）

（二）制作方法：

1. 羊肚領撕去皮和油，洗淨后剁成五分見方的塊。葱姜、蒜去皮切成碎末。

2. 把鹽、料酒、牛奶、水团粉（六錢濕团粉加三錢水和成）和葱、姜、蒜末同放在一碗內調成芡。

3. 預备开水一鍋，同时把油勺放在旺火上，將油燒开，把切好的肚塊放在笊籬上，連笊籬一起放到开水鍋中汆一下，肚塊即卷起，赶快撈出（时間長了嚼不动），再放到热油鍋中炸一下，迅即把肚塊連油倒在漏勺中，漏去油（不要用漏勺到油鍋中去撈肚塊，以防時間过久，肚塊老了）。然后將肚仁塊放入炒勺中，同时倒入調好的佐料，用手勺翻攪兩下，倒在盤內即成，吃时蘸滷蝦油吃。

（三）特点：

此菜質脆嫩，有香味。烹制时要很好掌握火候时間，汆与炸的时間均要迅速，不要过久，否則即会嚼不动。

五四、烩全徉

（一）原料：

熟羊脊髓	五錢	芥菜	二錢
熟羊腦	五錢	西紅柿	二錢
熟羊眼睛	五錢	牛奶	三兩
水發魚肚	三錢	鹽	五分
熟鷄皮	二錢	料酒	二錢
罐头鮑魚	二錢	味之素	四分
生鴨肝	二錢	湿团粉	五錢
罐头龙鬚菜（一根）	約五錢	鷄油（分兩次用）	八錢
水發玉蘭片	五錢	葱	二錢
水發蘑菇	五錢	姜	一錢
菜花	五錢	高湯	六兩

（二）制作方法：

1. 熟羊脊髓切成寸段。熟羊眼睛切成半分厚的薄片。熟羊腦切成一分厚的片。玉蘭片切成半分厚的片。蘑菇放入碗內，倒入开水，將碗蓋上燜二分鐘即發开，摘去泥根洗淨。芥菜切成一寸長的小斜片。西紅柿先用开水燙一燙，撕去外皮，並去掉中間的籽不要，切成小斜塊。生鴨肝片成小斜片，水發魚肚片成一分厚的斜片，放在一起，用开水燙一燙。

2. 熟鷄皮切成一寸長的小斜塊。鮑魚片成半分厚的斜片。龙鬚菜撕去外皮切成寸段。葱切成斜塊。姜去皮切成薄片。

3. 把炒勺放到旺火上，放入鷄油（四錢），等油見热

时放入葱、姜，用手勺翻攪着炸一下，不等葱变黃色即放入料酒和高湯。湯燒开时撈出葱、姜不要，同时放入羊脊髓、羊腦、羊眼睛、蘑菇、玉蘭片、芥菜、菜花、鮑魚、龙鬚菜、西紅柿、生鴨肝、魚肚、鹽、味之素，待湯將要燒开时倒入牛奶，大开之后淋入水団粉（五錢湿团粉加五錢水和成），翻攪兩下，再淋上鸡油倒在盤子里即成。

（三）特点：

此菜味鮮香。作成后菜面上有紅黃黑白綠五色，頗为美观。

五五、云 罗 大 蝦

（一）原料：

对蝦（二个）………約四兩
鸡蛋（一个）…約一兩五錢
紫蘿卜………………約一錢
生菜叶（一片）……約一兩
龙口細粉条……………三錢
面粉………………一兩五錢
辣醬油………………約一兩
植物油（取一斤作炸料用，約耗二兩）

（二）制作方法：

1. 先將新鮮的对蝦，用冷水冲洗潔淨，撕去头、皮和中間的泥綫（即蝦的腸子），但要留下尾巴。然后將蝦平放从脊背下刀平片，注意不要片断。再把上片蝦肉揭开用刀拍一拍，使上下兩片的蝦肉成为一片。

2. 把面粉放在碗中，打入鷄蛋，加一兩冷水，用筷子攪成面糊。

3. 生菜用冷水洗淨，切成二片。紫蘿卜用开水煮熟，去皮，切成三小片，用少許糖醋浸泡一会。

4. 把炒勺放在旺火上，倒入一斤植物油，燒到見烟时

即端下来，拿着蝦尾，使蝦全身蘸勻面糊，放入油鍋中炸（兩个蝦挨次放入）。剩下的一些面糊要淋在炒勺中，兩个蝦便被淋下的面糊連在一起。这时再把炒勺挪到旺火上，把蝦炸到焦黃色时即熟透，便可撈出，放在菜墩上，把蝦从中間切兩刀，截成均勻的三段，仍按原形摆在盤里。

5. 再把炒勺放在旺火上，倒入一斤植物油，燒到油見烟时，把龙口細粉条放入炸一下，立即取出。把炸好的粉絲摆在蝦的头部，上边复上一片紫蘿卜。蝦的后半部兩側各摆一片生菜，每片生菜上再放一片紫蘿卜即成。吃时蘸辣醬油。

（三）特点：

此菜外酥里嫩，味極鮮美。因蝦旁放有白粉条、綠生菜，其形如云，故名云罗大蝦。

五六、酸砂子蟹

（一）原料：

活团臍河蟹（十个）……約重一斤四兩		醋	五錢
鮮豌豆粒	五錢	葱	三錢
水發玉蘭片	五錢	姜	二錢
紅柿椒	五錢	青蒜	三錢
白糖	三錢	鹽	三分
濕团粉	三錢	味之素	三分
料酒	五錢	高湯	三兩
		雞油	一錢

（二）制作方法：

1. 活蟹用較热的溫水洗淨后（如用冷水洗，蟹会跑，不好洗），左手按着蓋壳，右手拿刀撬开蓋壳放在一旁。切

去兩側之小毛腿和后臍，头部用刀切齐，再用手撕去蟹的草牙子（即蟹肺），並从中間把蟹一切兩半，仍併在一起。用刀把盖壳的四边切去，成一方塊，仰放在兩塊蟹肉上。然后分三行擺在九寸盤內（擺时中間放四个，兩旁各三个），加入二錢料酒（去腥味），放在籠屜上用旺火蒸五分鐘即熟，端出待用。

2. 把葱、姜、玉蘭片、青蒜切成細絲。紅柿椒去籽也切成絲。鮮豌豆粒用开水煮熟。

3. 把大炒勺放在旺火上，倒入雞油燒热，放入切好的葱、姜、青蒜、玉蘭片、紅柿椒絲和鮮豌豆粒，用手勺翻炒数下。接着放入醋、高湯、白糖、鹽、味之素，等湯开时再加入水团粉（五錢湿团粉加五錢水和成）。到团粉变白时，放入明油，即勾成芡，端起炒勺倒在子蟹上面即成。

（三）特点：

此菜已有二、三十年历史。蟹味鮮香，汁甜酸，別有風味。

五七、八宝釀西紅柿

（一）原料：

西紅柿（每个重三兩左右）……………………十兩	黃瓜……………………五錢
鱖魚肉（或梭魚肉）……一兩	姜……………………一分
熟雞肉（即白水煮雞）一兩	干团粉……………………五錢
干口蘑……………………一錢	鹽（分二次用）………五分
干香菇……………………一錢	味之素（分二次用）…四分
菜花……………………一兩	料酒（分二次用）……三錢
水發玉蘭片（分二次用）……………………一兩四錢	雞油（分二次用）……一兩
	高湯……………………五兩

（二）制作方法：

1. 口蘑泡开洗淨，与鱖魚肉、熟雞肉、水發玉蘭片（一兩）等均切成長、寬、高各約一分的小丁，放在一起；再放入姜（切成碎末）、鹽（二分）、料酒（一錢）、雞油（五錢）拌勻成餡。

2. 西紅柿用开水燙一下（燙二秒鐘即可），撕去外皮，根蒂朝上放着，在根蒂处挖一个一寸見方的口揭开，作为盖子。再把西紅柿的籽取出来，裝入已制成的餡，盖上盖子（要保持西紅柿的原样），摆在碗里（勿倒放），上鍋蒸透（蒸十分鐘即可）。然后盖子朝下地扣放在盤內。

3. 把干香菇用热水泡开洗淨，切成半分厚的小片。剩余的水發玉蘭片（四錢）也切成半分厚的小薄片。菜花切成長、寬、高各約一分五厘的小丁。

4. 黃瓜先順長劈作兩半，然后切成三分長的段，取用四段。在每一段上橫着按等距离切四刀，刀口長度約为黃瓜寬度的三分之二，掰开成为五爪狀（見圖1）；再把第二瓣与第四瓣分別向外捲起掖在縫里（見圖2），使成蝴蝶花样。

5. 把大炒勺放在旺火上，放入五兩高湯。湯开后把切好的玉蘭片、香菇、菜花和味之素（二分）、料酒（二錢）、鹽（三分）一併放入。等湯再开后，把芡粉（五錢团粉加七錢水拌成）倒入，翻攪兩次，並加入五錢明油（雞油）。然后把湯汁輕輕澆在蒸好的西紅柿上。





黃瓜段切四刀后的上面形狀	底面形狀	掰开后成五爪狀

圖 1



捲成的蝴蝶花样

圖 2

（三）特点：

此菜味道清鮮，营养丰富，有紅、綠、白、黑四种顏色，頗为美观。

五八、什錦菠蘿飯

（一）原料：

熟大米飯（最好用小站米）……………………十一兩

苹果……………………二兩

鴨梨……………………二兩

葡萄干（最好是白葡萄）……………………二錢

沙果脯……………………二錢

青梅……………………二錢

香蕉……………………二兩

菠蘿（用罐头的）……二兩

京糕……………………五錢

白糖……………………五兩

雞油……………………一兩五錢

（二）制作方法：

1. 把苹果、鴨梨去掉皮和核，香蕉去掉皮。然后把苹果、鴨梨、香蕉和菠蘿、沙果脯、青梅、京糕切成小丁（長、寬、厚各一分）。

2. 把大炒勺放在旺火上燒熱后，放入雞油。隨着把大米飯和切好的苹果、香蕉、鴨梨、菠蘿、沙果脯、青梅、京糕、以及白糖一同放在炒勺里，用小手勺不断翻炒，約一分

鐘使飯熱透，倒入盤內即成。

（三）特点：

此飯有各种顏色，色調美观。味清香，甜而不膩。

五九、炸 羊 尾

（一）原料：

鷄蛋……………………六个　　塊团粉……………二兩五錢

豆沙餡（甜的）*………五兩　　植物油（取二斤作炸料用）

白糖……………………二兩　　約耗二兩

（二）制作方法：

1. 打开鷄蛋，分出蛋黄不用，只把蛋清倒入碗里，用筷子在碗里攪打，使成泡沫。再把塊团粉碾碎放入，攪拌均匀。

2. 把豆沙餡揉成十个小圓球，每个重五錢。

3. 把植物油倒入鍋中，燒五成开（即不要太热），端離火口放在灶旁。用筷子夾着豆沙球在雞蛋清里轉几下，蘸上蛋清，一一放入油鍋。等放完后，再把油鍋放在火口上，把豆沙球外圍的蛋清炸成金黄色。随即撈出放在盤内，撒上白糖即可食用。

---

* 豆沙餡的制作方法（按一斤小豆計算）：

（1）取小豆一斤洗淨，下入涼水鍋里，加四錢碱，在旺火上燒开后，改用微火煮爛，愈爛愈好。

（2）小豆煮爛后用磨磨碎，过羅，去淨豆皮，然后放入白布口袋里，吊起来空去水分，即为豆沙。

（3）豆沙倒在鍋里，加一斤半白糖（二斤紅糖也可），在微火上不斷翻攪蒲炒，炒至适当干度，使成干糊狀，然后加入四錢香油拌匀即成。每斤小豆約可出四斤左右豆沙餡。

（三）特点：

1. 此甜菜創始于清朝末叶，已有六、七十年的历史。原来是用羊尾作餡炸的，因羊尾油有羶味，才改为現在的制作方法，仍称“炸羊尾”。

2. 此甜菜作成后呈金黃色，味甜香，外皮軟而微酥。

瑞增厚（清眞）

瑞增厚开設在北京市中山公園內，是清眞館，以做㸆牛肉著名，厨师是馬德起。

六〇、㸆牛肉

（一）原料：

牛窩骨筋（即牛腿部的筋）	五斤	桂皮	二錢
白糖	二兩	大料	二錢
醬油	一斤半	葱	五錢
料酒	二兩	姜	一兩
		花生油	四兩

（二）制作方法：

1. 牛窩骨筋用清水洗淨，把水空干，切成一寸見方的塊。葱切成寸段。

2. 把切好的牛窩骨筋塊放在半开的花生油鍋里“边”成金黃色后，倒入深鉄鍋里、用旺火煮一开，將附在牛筋上的一些渣滓煮掉。撈出牛筋，撇起湯面上的浮油（湯不要）和牛筋塊再放入深鉄鍋里。另加清水（水漫过牛筋即可），并把葱、姜、桂皮、大料、白糖、醬油、料酒等佐料放入，盖上盖，放在旺火上先煮一开，再移到微火上㸆五小时左右（㸆的中間要翻动數次）即爛，㸆好时湯已不多。可用筷子

在牛筋上扎一下試驗爛的程度，以能穿入为合适。

3. 牛筋有老嫩，有的先爛，有的后爛，为避免將先爛的牛筋煨化，可將先爛的牛筋揀出来，等牛筋全部煨爛时，再把先揀出的牛筋倒入深鉄鍋內，再略煨一会即可起鍋。

注意事項：

此菜如涼了需要再热时，最好用籠屜蒸，如用鍋来热，因湯已很少，容易粘鍋底。

（三）特点：

此菜作成后顏色金黃，味香肉爛，入口即化。

赵常斌厨师

赵常斌原是北京燕林春飯庄（已歇業）的厨师，現在北京市飲食業公司工作，他有多年烹調經驗，並曾向清末名厨师学过艺。为了交流經驗，特介紹他所最擅長的四个菜的制作方法。

六一、紅燒翅根

（一）原料：

水發翅根………………半斤
干香菇…………………一錢
水發玉蘭片……………一錢
熟火腿…………………五錢
油菜……………………二兩
水团粉…………………三錢
醬油……………………一兩
料酒……………………四錢
味之素…………………三分
葱、姜………………各一段
高湯…………一碗（約半斤）
鷄鴨油（分兩次用）……二兩

（二）制作方法：

1. 翅根用开水煮兩次。香菇用水泡透后摘洗干淨，保留原湯（使之沉淀，去掉髒物）。玉蘭片切成薄片。火腿去

皮也切成片。油菜洗淨，撕去菜筋，用刀破开，切成一寸五分長的段，葱、姜剝洗干淨，用刀拍一下。

2. 把炒勺放在旺火上，倒入鷄鴨油一兩二錢，燒热，把葱、姜放入炸成黃色，隨即加入高湯，稍熬一熬，用漏勺把葱、姜撈出不要，放入翅根、玉蘭片、火腿、香菇、醬油、料酒、味之素等原料及香菇原湯，挪在微火上慢慢把翅根燉爛（用筷子挑起翅根，兩头下垂，翅根即爛，这样最为合适）。再把油菜放入燉爛，並加入水团粉使汁变濃，最后再加入明油（鷄鴨油）八錢即成。

（三）特点：

此菜系三十年前名厨师田學隆所發明的。味極香醇，營养和味道与魚翅相同，而价值低数倍。

六二、炸鷄酥絲

（一）原料：

雛母鷄………一只重約二斤	葱、姜………………各一段
精鹽……………………四錢	植物油（取一斤作炸料用，实耗一兩）
花椒………………四、五粒	
細花椒面………………少許	

（二）制作方法：

1. 雛母鷄宰杀后，退淨羽毛，打洗干淨，去掉臟腑和鷄身后部，只留用鷄胸部（帶骨的地方），放入开水鍋里煮熟取出。再用花椒、鹽水煮約四、五分鐘取出，晾涼后去掉皮骨，把鷄肉撕成細絲。

2. 鍋內放入植物油一斤，在微火上燒热后，把撕好的鷄絲分二十余次下鍋炸成金黃色，鷄絲炸时会粘在一起成一薄片，取出趁热稍洒一点花椒面，晾涼后即成。

（三）特点：

1. 此菜系涼菜，味道酥香，顏色金黃，形似紗絡，故名。

2. 此菜系清末內务府的名厨师李玉泉（又名李亮）創制的，很有名。赵常斌系李之門徒，此菜得其傳授。

六三、杏核肉

（一）原料：

五花猪肉……………一斤	醬油…………………二兩
大扁杏仁……………一兩	料酒…………………一兩
碎冰糖（分兩次用）…一兩	葱、姜………………各一段
团粉…………………二錢	猪油…………………約五錢

（二）制作方法：

1. 猪肉在清水里刮洗干淨，切成半寸的方塊（帶皮）。杏仁用开水泡透，去掉外皮用紗布包好。

2. 把炒勺放在旺火上，倒入猪油，放进冰糖五錢，將冰糖炒成深紅色后，再放入切好的肉塊一起炒，当肉塊炒成紅色时，加入葱段、姜段、醬油、料酒及包好的杏仁，挪在微火上慢"靠"，应隨时顛动，勿使胡底。待肉"靠"到六、七成爛时，即加入剩下的五錢冰糖，再"靠"到九成爛时，把炒勺端下来，取出杏仁布包，去掉紗布，杏仁放在碗里舖平，把"靠"好的肉塊（皮向下）擺在杏仁的上边，倒入一些原湯，用籠屜蒸爛如豆腐时取出，扣在湯盤或碗里。再用原湯加团粉，使成粘汁，澆在上面即成。

（三）特点：

此菜味極香醇，並有杏仁味道。

六四、凉冻綠豆肘

（一）原料：

猪肘子一个(去骨的)……………………………約二斤

綠豆……………………一斤

葱、姜……………各一段

精鹽……………………三錢

白矾……………………少許

（二）制作方法：

1. 砂鍋内倒入二斤清水燒开后，放进淘洗干淨的綠豆和少許白矾，同时把猪肘子肉用小刀在清水里刮洗干淨也放入砂鍋里，用微火慢煮。待猪肘子肉煮到八成爛时（用竹筷子一穿即透为合度）取出，皮向下放在瓷碗里，上面放上葱段、姜段，並加入精鹽、原湯（过罗不要綠豆），放在籠屜里用旺火一气蒸到極爛（和南豆腐相似）取出，去掉葱、姜段，濾出原湯。然后把原湯中的浮油撇去，再过一次罗，仍倒入盛猪肘子的碗里，並放在通風处晾凉。

2. 晾凉后随即放在冰箱里，使凝結成冻取出，从四周把已經結成冻的肘子从碗里取出，放在案板上，用刀切成一寸五分長的薄片，整齐地擺在盤子里即成。吃时可佐以花椒油、醬油、蒜泥、花椒鹽、蝦油等佐料，食者可随意选擇蘸食。

（三）特点：

此菜为清末名厨师賈倘福（賈六兒）所創制的，質爛味美，肥而不膩，营养丰富，为夏季中肉食佳品。

几 种 名 点

六五、奶油炸糕

制作人：北京市王府井南口攤商汪永年

（一）原料：

面粉……………………一斤	猪油……………………三兩
雞蛋……………………一斤	香料（香草片可放三片，其它香料也可）………少許
奶油（亦可用猪油代替）……………………三兩	开水……………………一斤半
白糖……………………六兩	

各种原料數量系面粉一斤的配合量。一斤面粉約出炸糕四十塊。

（二）制作方法：

1. 面粉过篩去掉疙瘩放入盆里，把开水一斤半一次倒入，用竹板或筷子迅速攪拌均勻晾温。

2. 把面晾温后，將雞蛋打开分三次、四次或五次加进去。每加一次蛋液随即攪拌一次，在最后一次加蛋液时，同时加入奶油、猪油、白糖和香料（香草片要先用凉水溶解后再放入面里），再攪拌均勻。

3. 把猪油（花生油、生菜油、牛油亦可，最好不用香油与豆油，因易于抵消奶油味）放入鍋內，燒开（油剛一冒烟时）后將火調节一下，使火苗不要太旺（用鉄盖把火口遮住半边），並須随时調节，不使火苗过旺或过微。

4. 把第2項和好的面做成圓形小餅（每个重約一兩），逐个放入油鍋，兩面炸成金黄色撈出，空去浮油蘸糖食用。

（三）特点：

1. 此炸糕系攤商汪永年于1946年創制的，很受消費

者的欢迎。

2. 此炸糕顏色金黄，味道香甜，外皮酥脆，中間軟嫩，营养丰富，易于消化。

六六、油酥蘿卜絲餅

制作人：北京市东华門大街攤商刘广玉

（一）原料：

好面粉	一斤	鹽	五分
猪肉（去皮淨肉）	八兩	碱	五分
蘿卜（去皮）	十兩	葱（葱白）	四兩
白糖（分兩次用）	一兩五錢	姜	二錢
香油	四兩	大料	二錢
醬油（分兩次用）	四兩		

各种原料数量系面粉一斤的配合量。面粉一斤約出油酥蘿卜絲餅二十个。

（二）制作方法：

1. 猪肉切成長、寬、厚各一分五厘的小丁。葱劈成四瓣，並切成一寸長的葱段。姜切成一分厚的片。蘿卜用帶刺的擦板擦成細絲，放在开水鍋里煮七、八分鐘（嫩蘿卜煮二、三分鐘即可），撈出放在凉水里冲凉后把水挤淨；十兩生蘿卜約出八、九兩熟蘿卜絲（嫩蘿卜只能出五、六兩）。

2. 把肉丁用开水燙一下（約燙半分鐘）。空鍋在微火上燒热，把肉丁放入鍋里炒一炒，炒出油来（約炒五分鐘左右）倒出。然后在空鍋里放入一兩醬油、五錢白糖炒热，随即放入肉丁和其余的醬油、白糖以及葱段、姜片、大料等，不断翻攪着炒，將水气炒去，把汁炒成黏液狀后，挑出葱段、姜片、大料不要，即成叉燒肉。

3. 鹽、碱用七兩凉水溶解后，倒入面粉里揉匀，用潮湿白布裹起放一小时左右，再在石板制的面板上揉几遍，揉成直徑約为一寸的圓条，刷上一層香油，揪成每个重約一兩的小面剂，随即揉成二寸長的面条，再刷上一層香油。

4. 在面板上刷上一些香油，取一个面条放在上面用手压扁，塗上一層香油，擀成七寸見方的面皮。然后右手按住面皮的右边，左手托起左边，把面皮慢慢地試探着向左抻長（不要用力过猛），要抻得很薄，达三尺許，再在上面刷滿香油。面皮抻長后兩端寬約二、三寸，中段較窄約寬一寸五分到二寸。

然后在面皮右边近头处放上餡（每个餅需蘿卜絲四錢到四錢五分，叉燒肉帶汁三錢，其中汁約五分）。放餡方法：先

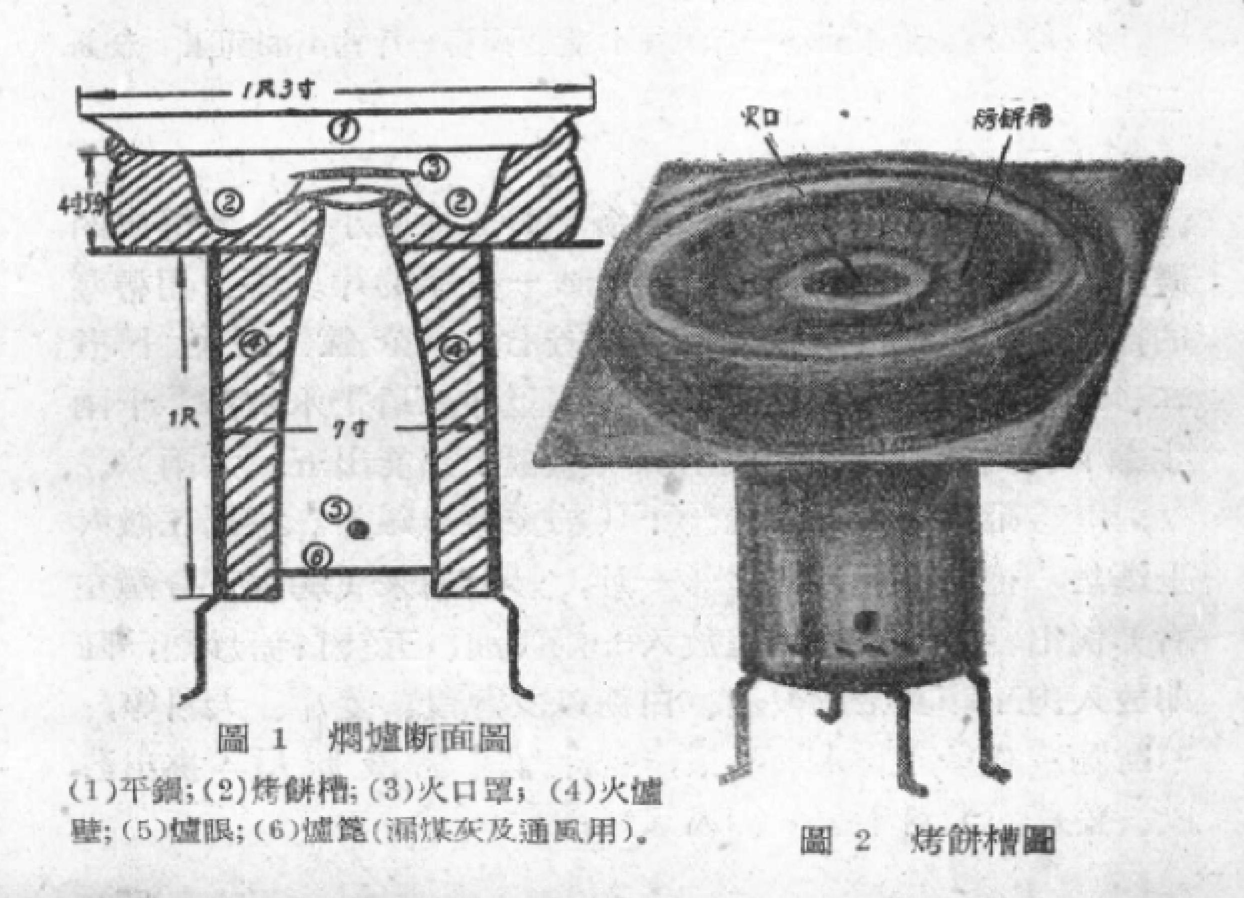


圖 1 燜爐断面圖

(1)平鍋；(2)烤餅槽；(3)火口罩；(4)火爐壁；(5)爐眼；(6)爐篦（漏煤灰及通風用）。

圖 2 烤餅槽圖

取三錢蘿卜絲放在底下，把叉燒肉放在中間，上面再盖上一錢到一錢五分蘿卜絲，把餡攏成一个圓堆。然后把面皮由右向左輕輕地周身包捲起来，不要捲成圓筒形，而是把餡完全包在中心。包捲之后略呈圓形。

5. 將捲好的圓球放在已經燒温了的焖爐*的平鍋上，用手按兩下，压成餅狀，烙成淺黃色，兩面共烙四到五分鐘。烙好后立着放入"烤餅槽"*里，餅的一面貼着"烤餅槽"的內壁，另一面迎着火口（讓爐里噴出的热气燻烤着餅身，但热气不要太旺，以免烤得外焦里不熟），把平鍋盖上。烤完一面再烤另一面，每面約烤五分鐘左右，把兩面均烤成紅黃色即成。

（三）特点：

此餅最大特点是酥脆，热食尤佳。制作方法較为特殊，已有一百多年的历史，很受消費者欢迎。

---

* 焖爐構造及其使用方法：

（一）焖爐構造見圖1、2、3、4。

（二）使用方法：

(1) 移开平鍋，撤开火口罩（參看圖1），在爐中燃着煤火（先燃着木柴，然后放入煤球），使黑烟冒出去，火不要生得太旺；但在和面同时就应生火。

(2) 用碱水把"烤餅槽"（參看圖1及圖2）洗刷干淨。

(3) 把"火口罩"罩在火口上（參看圖1及圖3）。罩火口罩的作用是：一方面不使火苗直射平鍋，以降低平鍋的热度，因为平鍋太热是不适于烙餅的；另方面可使热气被火口罩擋住，而由火口罩底下向四外噴射出来燻烤餅身。

(4) 把平鍋盖在烤餅槽上，形成一个盖子（參看圖1及圖4），使煤火把烤餅槽烤热，把平鍋燒温。但烤餅槽与平鍋都不要太热，摸着剛剛燙手就可以。

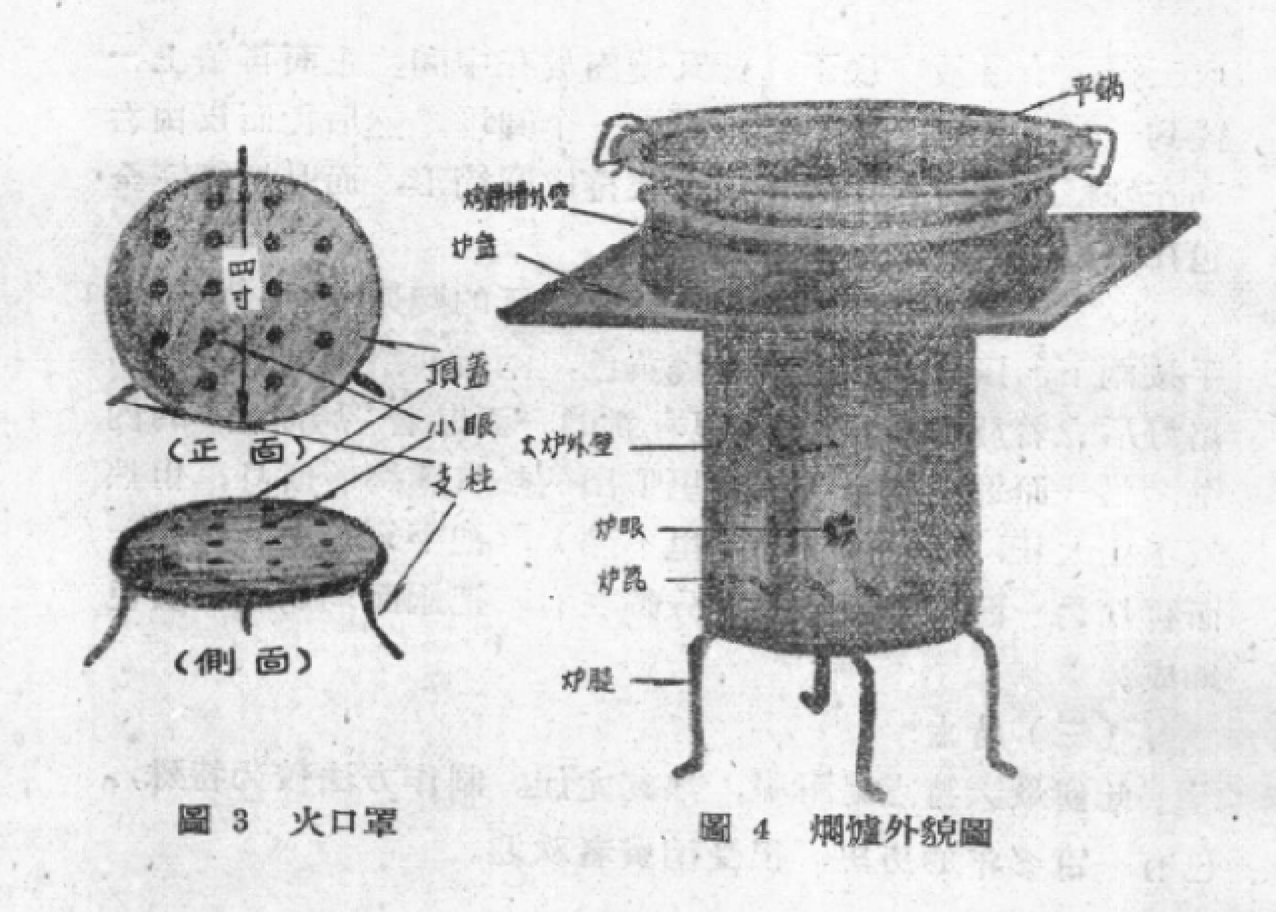


圖 3 火口罩　　圖 4 焖爐外貌圖

六七、豆腐腦

制作人：北京市門框胡同攤商白文青（清真）

（一）原料：

黄豆瓣（即碾成碎瓣的黄豆）	十斤	植物油底	一兩五錢
瘦嫩羊肉	三斤	粗鹽	四兩
干口蘑	半斤	精鹽	五錢
醬油	十斤	辣椒油	三兩
熟石膏面	六兩	香油	三兩
湿团粉	七斤半	花椒	三錢
		蒜	一斤

各种原料數量系黄豆瓣十斤的配合量。

（二）制作方法：

1. 制豆腐脑：

（1）黄豆踳用水浸泡，使其發張並保持原色不变为宜。一般是夏季約泡一小时；冬季約泡八小时；春、秋天泡三、四小时。如冷天急待使用时亦可用热水浸泡。豆踳泡好后，用手搓洗，濾淨污水，用清水再洗兩次。洗好后兌入約三倍的水（即豆踳一与水三之比）磨成稀糊狀，磨得越細越好。磨好后加入与"豆踳糊"重量相等的开水（夏季开水燙手，可稍晾温些），並加入植物油底（油底可起潤滑作用，能縮短过濾时間，如不急用，不加油底亦可），攪拌几下，分次舀入白布袋里（用較密的馬尾罗过濾亦可，白布袋形狀大小与普通的面口袋相仿），施加压力把漿汁擠出。濾完后再把濾过的全部豆渣放在盛器里，兌入开水攪拌几下，再濾出漿汁倒出豆渣，如此連續操作，直至豆渣不膩手为止。但几次过濾的兌水总量，不得超过所濾出豆渣的全部重量的兩倍（即一比二），十斤豆踳以出漿85～90斤为宜。

（2）用勺撇掉漿汁上面浮起的泡沫，把漿汁倒入鍋中在旺火上煮开；漿汁濃度較大，含有大量油質，应随时注意不使漿汁外溢。开鍋后要馬上把漿汁舀入瓷罐內，加入調好的石膏汁*，随倒随用一支直徑三分許、長一尺七、八寸的小木棒在一头捆上一个小勺攪。攪的动作要快，將小木棒斜置瓷罐內，在罐中做上下旋轉动作（划圈），使漿汁充分翻滾，約攪15至20下（以木棒勺在罐內繞一圈为一下），所用时間共为3至5秒鐘（攪的时間長了豆腐脑不光澤；时間短了不均

---

* 石膏汁是用熟石膏面六兩兌入五成开的水一斤（冬季可用开水）調成的，其濃度相当于漿汁。陈黃豆可少用一些石膏面，新上市的黃豆可多用一些，但相差不能过一兩。

匀，有的成塊，有的不凝固）。然后拿起木棒勺，向外傾斜，与漿面成45度角，在漿面上用木棒勺的小勺部分順着漿汁旋轉的方向由这一边划到那一边，要一下一下地慢划，不宜太快。此时在漿面上，在勺的兩側会捲起兩个很深的小旋渦，划1分鐘左右旋渦逐漸由深而淺，由淺而小。这时用木棒勺盛水少許，一滴一滴地点在漿面上，如漿面呈現出一个个的小坑，則豆腐腦即已制成，20分鐘以后即可食用。如所滴的水点与漿汁混合在一起，則豆腐腦还未制成，还須用木棒勺一下一下地繼續划一分鐘左右，如所滴的水还不呈現小坑（再一次試驗所滴的水），說明石膏用量不够，应馬上再兑一些石膏汁攪拌，待漿面呈現小坑为止。

2. 制滷：

（1）羊肉横着肉紋切成一分厚、約四、五分見方的碎片。干口蘑用水泡五小时后取出，放入盆內拌入粗鹽（一兩），用手捏挤，挤出口蘑內的杂物，然后放在淨水中再洗兩次，摘去根蒂，切成三分長、二分寬的小塊。將泡口蘑的水与兩次洗口蘑的水倒在一起，在旺火上燒开，沉淀后濾去髒物待用。蒜用搗蒜的臼子加精鹽（五錢）碾成蒜泥。湿团粉兑水七斤拌匀。醬油在旺火上燒开待用。

（2）把水六十斤倒入鍋中在旺火上煮开，放入羊肉片，用勺攪拌几下；待水快开时倒入醬油、口蘑水和粗鹽（三兩）；开鍋时再把团粉倒入，要慢倒多攪，勿使团粉成塊，开鍋后即成滷。

（3）把滷盛在鍋里或瓷罐內，將口蘑塊撒在上面，同时用香油把花椒炸焦，取出花椒不要，趁热將花椒油澆在口蘑上，待油凉了以后，把口蘑与滷拌在一起即可食用。

（三）特点：

滷清香，豆腐腦鮮嫩。吃时把豆腐腦盛入碗中，澆上适量的滷和蒜泥以及辣椒油，就着燒餅吃最好。

六八、酥 燒 餅

制作人：北京市西單皮庫胡同攤商丁宝貴（清眞）

（一）原料：

面　粉	花生油	紅　糖	瓜子仁
小紅豆	香　油	桂　花	桃　仁

各种原料的使用数量，按所制酥燒餅的总量，以制作方法中所列比例推算。

（二）制作方法：

1. 發面：用温水和面，冬天水要稍热些，夏天水温可低些。春、夏天每斤面要用六、七兩水，冬天可用半斤。面和好后加入面肥（即發酵用的起子）和匀，約一个多小时面即發酵，用手按着發宣，就可使用。冬天气候冷，發酵时間需要加倍。

2. 油酥：將花生油放在油鍋中燒开（以油鍋有烟冒出来为宜），把干面粉倒入油鍋中用木勺不停地攪拌，直到面粉和油混合均匀后，把油鍋端下来，繼續翻攪，攪成淺黃色时即为油酥。一斤面要用半斤花生油才能炒成油酥。

3. 紅糖与豆沙餡：用面杖把紅糖一斤擀成細末，加入四兩干面拌匀，再加入三兩香油用手搓匀，即为紅糖餡。

用小紅豆一斤加水並放少許碱煮开，約兩个半小时左右煮成紅豆粥，晾温后，过鉄絲罗，使紅豆汁漏到盆中，紅豆皮留在鉄絲罗里。隨即將紅豆汁裝在布袋中，用兩手揉搓，使水分擠出，再把布袋放在木板上，加以压力，擠干全部水

分，即成豆沙。然后取紅糖一斤放在鍋中，加入少許水熬开后，放入少許桂花，並將豆沙倒入。这时把鍋端下来，再加少許瓜子仁、桃仁，用木勺拌勻后即成豆沙餡。紅糖与小紅豆的比例为一比一，这样甜度最为适合。

4. 最后做成酥燒餅：將發好的面加入少許鹼水，用力揉勻並去掉酸味，按成三分厚的圓餅。油酥放在圓餅上（十兩面用五兩油酥），用手沿着面边捏起，把油酥包在里面如饅头形，再用面杖擀成二分厚的圓餅。把圓餅的兩边用刀切齐，使成長方形（此时切齐处看見中間夾有一層油酥）。切下的边放在面餅一端，捲成長形的捲，再用手拉細，使之成为一寸五分寬的長捲。把長捲揪成二寸長的面剂（小塊），用手按扁，把紅糖餡或豆沙餡包入，再擀成圓形小燒餅，上塗一層香油，放在鐺上，用手按一下，盖上鐺盖，烙五、六分鐘后，再翻过来烙另外一面，兩面共烙約十分鐘左右。燒餅烙好后，在出鐺时，用兩手圍着餅边捏一下，油酥即起酥，酥燒餅即做成。

注意事項：

烙燒餅的火候要掌握好，先把爐子燒着，至煤球全部燒紅时，在上面压上一層煤渣，使热度均勻，且無火苗冒出。在烙燒餅时，如鐺太热，則須把鐺由火上端下，晾一会，再放到火上，因火太热燒餅会烙胡。

（三）特点：

顏色金黃，皮酥餡軟，香甜可口，最好趁热食用。

內 容 介 紹

本輯为北京所固有的名菜名点專輯。介紹了仿膳、又一順(清眞)、瑞增厚(清眞)等眞正北京本地風味飯館的名菜六十四种与四个著名攤商的名点四种。

这些名菜名点，是城市服务部飲食業管理局在北京市飲食業公司和北京市服务局的协助下，由前述飯舘的名厨师亲自介紹編写而成，並經其他飲食業的名厨师共同鑑定过。

本輯所述制作方法甚为詳細，对各名菜名点的特点、以及烹制各該名菜名点的飯舘和厨师，亦分別作了介紹。

本輯可供全国各地飲食業从業人員、厨师訓練班师生、以及各个家庭的参考和学習。

中国名菜譜

第 二 輯

北京名菜名点之一

城市服务部飲食業管理局編

*

食品工业出版社出版

(北京市广安門內白广路)

北京市書刊出版業營業許可証出字第069号

北京市印刷二厂印刷

新华書店發行

*

787×1092 公厘 $\frac{1}{32}$ · 2$\frac{5}{8}$ 印張 · 56,000 字

1957年11月第1版

1957年11月北京第1次印刷

印数：1—41,000　　定价：(10)0.44 元

統一書号：15065 · 食114 · (492)

統一書号：15065 · 食 114 · (192)

定价：0.44 元